PRACTICA BRAHMACHARYA
de SRI SWAMI SIVANANDA
CONŢINUT
RUGĂCIUNE PENTRU PURITATE pag. 6
SECŢIUNEA I. FENOMENUL SEXULUI pag. 8
1. DEGRADAREA ZILELOR DE AZI pag. 8
Toată lumea e sexypag. 10
Sadhana Spirituală este răspunsul la atracţia sexuală pag. 12
Brhamacharya – necesitatea zilei pag. 14
2. CUM LUCREAZĂ IMPULSUL SEXUAL pag. 17
Săgeata înflorită a lui Cupidon pag. 17
Saṃskārasurile în mintea subconştientă pag. 18
Cum să evaluezi puritatea mentală pag. 21
Eradicarea poftei carnale nu e o sarcină uşoară
3. INTENSTATEA DORINŢELOR ÎN DIFERITE PERSOANE pag. 24
Pasiune în copii, tineri şi vârstnici pag. 26
Gândurile sexuale ale sfinţilor, aspiranţilor spirituali şi familiştilor pag. 26
Pofta carnală în bărbaţi şi femeipag. 27
4. SEXUL ESTE ÎN IMAGINAŢIE pag. 29
Frumuseţea este un concept mentalpag. 30
Descrierile amăgitoare ale frumuseţii femeii pag. 32
Pasiunea orbeşte intelectulpag. 33
5. EFECTELE DEZASTRUOASE ALE INDULGENŢEI SEXUALE pag. 34
Visele ude şi copulaţia voluntară – O diferenţă vitalăpag. 36
Tineri cu feţe palidepag. 37
6. VALOAREA SPERMEI pag. 38
Opinia medicală modernăpag. 39
Mintea, Prana şi Veeryapag. 40
SECŢIUNEA II. GLORIA BRAHMACHARYA pag. 41
7. SENSUL BRAHMACHARYA pag. 41
Cele opt căderi în Brahmacharyapag. 43
Brahmacharya fizică şi Brahmacharya mentalapag. 15

44
O plângere obişnuităpag. 46
8. GLORIA BRHAMACHARYA pag. 47
Secretul sănătăţii şi longevităţiipag. 48
Celibatul promovează concentrareapag. 49
9. IMPORTANŢA CELIBATULUI ÎN VIAŢA SPIRITUALĂ pag. 51
Celibatul în diferite ordine religioasepag. 52
Brahmacharya – fundaţia vieţii spiritualepag. 54
10. BRAHMACHARYA PENTRU FAMILIŞTI pag. 57
Ce este Brahmacharya în viaţa căsătorită? – pag. 58
Când soţia devine mamăpag. 59
Trăind o viaţă de parteneriat spiritualpag. 60
11. FEMEILE ŞI BRAHMACHARYA pag. 61
Brahmacharini – vechi şi modernipag. 63
Viaţa destrăbălată nu este libertatepag. 64
O chemare către viaţa spiritualăpag. 66
12. BRAHMACHARYA ŞI CURRICULUM-UL EDUCAŢIONAL pag. 67
Un dezavantaj vital în sistemul educaţional prezent în India pag. 68
Datoria profesorilor şi părinţilorpag. 69
13. CÂŢIVA BRAHMACHARINI IDEALI pag. 71
Hanumanpag. 71
Sri Lakshmanapag. 73
Bhismapag. 75
SECŢIUNEA III. TEHNICI PENTRU SUBLIMAREA SEXUALĂ pag. 78
14. SUPRESIA ŞI SUBLIMAREA pag. 78
De la energia sexuală la energia spiritualăpag. 79
Secretul sublimării sexualepag. 80
Sublimarea totală este dificilă, dar nu imposibilăpag. 82
15. SĂ TE CĂSĂTOREŞTI SAU NUpag. 83
Este celibatul posibil? – pag. 83
Un argument prostesc al materialistilorpag. 85
Natura dragostei dintre soţ şi soţiepag. 88
Să fii celibat? Sau să fii familist? – pag. 90

Akhanda Brahmacharipag. 93
16. PERICOLELE RELAŢIILOR PROMISCUE pag. 94
Haosul creat de imaginile mentalepag. 95
Fructul oprit – Testul lui Dumnezeu pentru aspirantul spiritualpag. 96
17. OPREŞTE ACEA PRIVIRE DORNICĂ! – pag. 98
Ai grijă de sentimentul din spatele privirii! – pag. 99
Cum să contracarezi gândurile impurepag. 101
18. ROLUL DIETEI ÎN CONTROLUL SEXUAL pag. 103
Hrană sattvicăpag. 103
Hrană interzisăpag. 104
Mitahara sau dieta moderatăpag. 105
Postul – un exerciţiu purificatorpag. 105
19. VISELE UDE ŞI SPERMATOREEA pag. 108
Diferenţa între poluţia psihologică şi poluţia patologicăpag. 108
Cauze şi consecinţepag. 105
Un avertisment împotriva obiceiurilor sexuale rele şi a izbucnirilor de mâniepag. 110
Importanţa hrănirii corecte şi a evacuăriipag. 110
Trezeşte-te înainte de 4 a.m. – pag. 111
Apelează la Numele lui Dumnezeu pag. 112
Beneficiile unei băi la şolduripag. 113
Câteva sugestii ajutătoarepag. 113
20. CÂTEVA AJUTOARE PUTERNICE PENTRU PRACTICA CELIBATULUI pag. 115
Controlul limbiipag. 115
Evită compania reapag. 116
Priveşte gândurilepag. 118
Cauta Satsanga sau compania bunăpag. 119
Cultivă Viveka şi Vairagyapag. 120
O notă de clarificarepag. 122
Un jurământ e de mare ajutorpag. 124
Cultura voinţei şi auto-sugestiapag. 125
Schimbă Drishti sau punctul de vederepag. 126
21. HATA YOGA PENTRU SCĂPARE pag. 128
Siddhasanapag. 129

Sirshasanapag. 129
Sarvangasanapag. 130
Matsyasanapag. 130
Padangushthasanapag. 131
Instrucţiuni pentru practica asane-lorpag. 131
Mula Bandhapag. 132
Jalandhara Bandhapag. 134
Uddiyana Bandhapag. 134
Nauli Kriyapag. 135
Maha Mudrapag. 135
Yoga Mudrapag. 136
Prāṇāyāma uşoară şi confortabilăpag. 136
Indicaţii asupra practicii pranayamapag.136
Varjoli Mudrapag. 138
22. CÂTEVA POVESTIRI ILUSTRATIVE pag. 139
1. Puterea poftei trupeşti. Exemplul lui Jaiminipag. 139
2. Influenţa pasiunii asupra minţii umane. Socrate şi discipolul lui pag. 140
3. Pofta trupească creşte cu indulgenţa. Raja Yayatipag. 141
4. Apariţia Viveka şi Vairagya. Yogi Vemanapag. 142
5. Frumuseţea stă în imaginaţie. Povestea lui Hemachudapag. 144
6. Frumuseţea fizică nu este frumuseţe. Povestea unui prinţ pag. 149
7. Să fii ocupat este cea mai bună cale de a controla pofta trupească. Povestea unei fantome – pag. 150
CITATE ALESE DESPRE SEX ŞI CELIBAT
SECŢIUNEA IV. UN SIMPOZION
COMENTARIU ASUPRA INSTRUCŢIUNII SPIRITUALE NR. 8 A LUI SWAMI SIVANANDA
Perpetuarea speciilor
Puterea Brahmacharya
Datoriile familiştilor
Brahmacharya în Societatea Modernă
Avantajele Brahmacharya
Cărţi despre Brahmacharya

IMPORTANŢA CAPITALĂ A BRAHMACHARYA
Cele patru mari Purusharthas
Importanţa dublă a Dharma
Conservarea energiei în contextul vieţii spirituale
Energia sexuală – O manifestaţie a lui Para Shakti
Trupul uman comparat cu o casă
Cum să te ridici deasupra sexului
Abstinenţa voluntară nu este supresie
BRAHMACHARYA – O PERSPECTIVĂ A CONŞTIINŢEI
Cum energia noastră este deflectată şi disipată
Conservarea energiei pentru Brahma-Sakshatkara
Individul – Un centru de presiune
Stresuri şi dureri – cauza lor şi vindecarea
Haosul adus de externalizarea simţurilor
Dorinţa – Un rău metafizic
Varnashrama – Un ajutor pentru a ne elibera de Strânsoarea naturii
MARIAJUL: CE ÎNSEAMNĂ?
CONTROLUL NAŞTERILOR
Instrucţiuni pentru familişti
Populaţia ar trebui restrânsă
Pericolul mijloacelor artificiale

RUGĂCIUNE PENTRU PURITATE

O Dumnezeule al Compasiunii! Hei Prabhu! Sufletul sufletului meu, Viaţa vieţii mele, Mintea minţii mele, Urechea urechilor mele, Lumina luminilor, Soarele sorilor! Dăruieşte lumină şi puritate. Lasă-mă să rămân stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală. Lasă-mă să fiu pur în gânduri, cuvinte şi fapte. Dă-mi putere să-mi controlez Indriyas (simţurile) şi să păstrez Brahmacharya Vrata.

Protejează-mă de tot felul de tentaţii ale acestei lumi. Lasă toate Indriyas-urile mele să fie angajate în serviciul Tău dulce.

Şterge Saṃskāras-urile (impresiile) sexuale şi Vasanas-urile (dorinţele subtile). Anihilează pofta din mintea mea. Fă-mă un adevărat Brahmachari, Sadachari şi Cordhvareta Yogi. Lasă-mă să fiu cast în privirea mea.

Lasă-mă întotdeauna să merg pe calea dreptăţii. Fă-mă pur ca pe Swami Vivekananda, Swami Dayananda, Bhisma Pitamaha, Hanuman sau Lakshmana. Iartă. Iartă toate Aparadhas-urile (ofensările) mele. Sunt al Tău. Sunt al Tău. Trahi, Trahi. Protejează, protejează. Prachodayat, Prachodayat. Luminează, luminează. Ghidează-mă. Om. Om. Om.

NOTA EDITORULUI

Instinctele şi apetitele formează o parte a întregii vieţi pe pământ. Impulsurile simţurior şi nevoile biologice sunt comune şi animalelor şi oamenilor. Sexul este unul dintre cele mai proeminente, mai importante şi absolut esenţiale aspecte a vieţii omului, animalelor şi de asemeni a vieţii plantelor. Sexul este o parte integrală a vieţii – umane, animale şi a plantelor. În timp ce acest aspect al vieţii este regulat de natură în plante şi de instricte în animale, în om este lăsat la bunul simţ al acestuia, la inteligenţă şi raţiunea lui dezvoltată de a controla şi regula. Scripturile vaste şi vechi al lumii oferă societăţii umane reguli specifice şi regulamente în această privinţă. În ceea ce priveşte India, ca o naţiune, părinţii noştri au urmat regulile „a face" şi „a nu face" din Dharma Sastras în detalii meticuloase şi asta, într-o mare măsură, a contribuit la sănătatea lor, longevitatea şi bunăstarea spirituală.

Dar, vai, în lumea zilelor noastre, şi în special în clasele educate, în toate ramurile societăţii şi în toate grupele de vârstă, normele şi conduitele indicate de scripturi sunt dispreţuite cu aşa mare dispreţ că tot ceea ce vedem, în jurul nostru, numărul epavelor fizice, mentale şi morale cresc în fiecare zi. Unul dintre motivele pentru această stare tristă a lucrurilor este ignoranţa omului modern a propriilor lui comori scripturale.

Swami Sivananda a venit pe scena Indiană, la începutul anilor treizeci, pentru a spulbera această ignoranţă a oamenilor oferindu-le înţelepciunea străveche a celor de demult prin intermediul scrierilor sale simple în Engleză. Este binecunoscut faptul că pe lângă tratatele

spirituale, marele Maestru, a cărei dragoste pentru omenire nu a cunoscut limite, a scris un număr de cărţi în ceea ce priveşte sănătatea, igiena şi medicina. O asemenea cartea a fost „Practica Brahmacharya" care tratează în special cu subiectul celibatului, şi unde celibatul nu este posibil, o viaţă sexuală regulată. Această carte a fost populară printre oameni.

Pe lângă asta, gândurile lui Swamiji asupra subiectului sexual şi a sublimării sexuale sunt de asemenea prezentate ici şi colo printre voluminoasele sale scrieri. În prezentul volum, toate gândurile şi instrucţiunile lui Swamiji în ceea ce priveşte subiectul sexului şi celibatului au fost adunate de la „Practica Brahmacharya" şi din alte părţi, şi editate în totalitate, cu o viziune de a oferi publicului, şi în special generaţiei tinere, un ghid de lucru asupra subiectului vital al sublimării sexuale. Aceasta a fost făcută ca un act de serviciu iubitor pentru tinerii moderni care sunt adesea lăsaţi să orbecăiască în întuneric de o societate iresponsabilă. În aceste zile auzim adesea despre „delincvenţă juvenilă", dar această delincvenţă juvenilă însăşi este rezultatul iresponsabilităţii adulţilor. Tineretul lumii doreşte instrucţiuni şi adesea acestea nu vin din partea părinţilor, profesorilos sau societăţii.

Se speră ca această carte a sfântului Maestru Swami Sivananda va umple lacunele menţionate anterior şi va oferi tineretului lumii cunoaşterea şi ghidarea necesară pe care ei o merită din plin într-o arie care afectează bunăstarea lor fizică, mentală, etică şi spirituală.

Ne rugăm ca binecuvântările sfântului Maestru să curgă asupra tuturor celor care au şansa să parcurgă următoarele pagini şi să deschidă un nou capitol în vieţile lor. Fie ca toţi să fie sănătoşi, fericiţi şi binecuvântaţi spiritual. Loka Samastha Sukhino Bhavantu!

8th September, 1988.

— THE DIVINE LIFE SOCIETY

PRACTICA BRAHMACHARYA.

SECŢIUNEA I. FENOMENUL SEXULUI

1. DEGRADAREA ZILELOR NOASTRE

Există o mare iluzie în faţa bărbatului. Îl deranjează sub forma femeii. Există o mare iluzie în faţa femeii. O deranjează sub forma bărbatului. Mergi oriunde vrei – Amsterdam, Londra sau New York. Analizează această lume a experienţelor fenomenale. Vei găsi doar două lucruri – sex şi ego.

Instinctul sexual este cea mai mare dorinţă în viaţa umană. Energia sexuală sau pofta trupească este cel mai adânc înrădăcinat instinct în om. Energia sexuală umple în întregime mintea, intelectul, Prana, simţurile şi întregul trup. Este cel mai vechi dintre factorii care au intrat în constituţia fiinţei umane.

Un om are o mie şi una de dorinţe. Dar dorinţa centrală puternică este dorinţa sexuală.

Dorinţa fundamentală este imboldul pentru reproducere. Toate atârnă de această dorinţă de bază. Dorinţa pentru bani, dorinţa pentru un fiu, dorinţa pentru proprietate, dorinţa pentru case, dorinţa pentru vite şi alte dorinţe vin mai târziu.

Deoarece întreaga creaţie a acestui univers trebuie să fie menţinută, Dumnezeu a făcut dorinţa sexuală foarte, foarte puternică. Altfel, mulţi Jivanmukta ar fi răsărit destul de uşor, la fel ca absolvenţii de universităţi. Este uşor să obţii calificative universitare. Sunt necesare puţini bani, memorie, inteligenţă şi puţin efort. Dar este dificil să distrugi impulsul sexual. Cel care a eradicat complet pofta trupească şi este stabilit în Brahmacharya mentală este Brahman sau Dumnezeu însuşi.

Această lume nu este altceva decât sex şi ego. Egoul este lucrul principal. El este baza. Sexul se agaţă de ego. Dacă egoul este distrul de Vichara sau investigaţia „Cine sunt?”, ideea sexuală îşi ia tălpăşiţa singură. Omul, stăpânul destinului său, şi-a pierdut gloria divină şi a devenit un sclav, o unealtă, în mâinile sexului şi egoului datorită ignoranţei. Sexul şi egoul sunt produsele Avidya sau ignoranţei.

Începutul cunoaşterii de sine anihilează aceşti doi duşmani ai lui Atman, doi hoţi care îi jefuiesc pe acel

neajutorat, ignorant, mic, fals Jiva, iluzoriul „Eu”.

Omul s-a degradat pe sine într-o asemenea măsură încât a devenit o păpuşă a pasiunii. Vai! El a devenit o maşină imitativă. Şi-a pierdut puterea de discriminare. S-a afundat în cea mai abjectă formă de sclavie. Ce stare tristă! Ce condiţie lamentabilă într-adevăr!

Dacă el doreşte să-şi recâştige starea divină pierdută şi gloria Brahmică, întreaga fiinţă trebuie să fie transformată, dorinţa lui sexuală trebuie să fie complet transmutată de gânduri divine sublime şi meditaţie regulată. Transmutarea dorinţei sexuale este o cale foarte potentă, eficace şi satisfăcătoare de a realiza fericirea eternă.

Toată lumea e sexy.

Pasiunea domneşte supremă în toate părţile lumii. Minţile oamenilor sunt pline cu gânduri sexuale. Toată lumea e sexy. Întreaga lume este sub influenţa unei intoxicaţii sexuale îngrozitoare. Toţi sunt înşelaţi şi se mişcă în lume cu intelecte perverse. Niciun gând la Dumnezeu. Nicio discuţie despre Dumnezeu. Totul este modă, restaurante, hoteluri, cine, dansuri, curse şi cinema.

Viaţa lor se termină în mâncare, băutură şi procreere. Asta e totul.

Pasiunea a introdus noi mode nu doar în Londra, Paris şi Lahore, ci chiar şi în Madras între fetele Brahmin ale familiilor ortodoxe care aplică Pudră de Muguri de Cireşi şi machiaje pe feţe, în locul pudrei sacre de turmeric, şi îţi împletesc părul ca fetele din Franţa.

Acest tip de imitaţie dezgustătoare şi-a făcut loc în minţile băieţilor şi fetelor noastre din India.

Perceptele sacre şi învăţăturile înţelepţilor antici şi ale Rishilor au fost ignorate în totalitate.

Ce stare lamentabilă! Ei acceptă orice ca fiind adevărat numai dacă un Johnson sau un Russel aduce ceva pe calea teoriei evoluţiei, mişcării, atomului, relativităţii sau transcendentalismului. Ruşinos într-adevăr! Creierele lor sunt îmbâcsite cu particule străine. Nu au creierul capabil de a absorbi orice este bun în alţii. Există o

degenerare mizerabilă în bărbaţii şi femeile tinere din India. Aceasta este era în care nu pot merge nici măcar o scurtă distanţă fără o rişcă, o maşină, un tramvai, o bicicletă sau o trăsură. Ce viaţă artificială îngrozitoare! Tăierea părului printre domnişoarele din India a devenit o epidemie severă şi a invadat întreaga Indie. Acestea sunt din cauza prostiei pasiunii şi lăcomiei.

Bărbaţii tineri ai zilelor noastre imită fără discriminare Vestul şi asta are ca rezultat propria lor ruină. Bărbaţii sunt înghiţiţi de pofta trupească. Îşi pierd simţul corectitudinii, al timpului şi al locului. Niciodată nu discriminează între bine şi rău. Îşi pierd orice simţ al ruşinii.

Citeşte istoria crimelor – jafurilor, violurilor, răpirilor, asaltelor, crimelor – care apar la procesele din tribunale. Pofta este rădăcina tuturor acestora. Poate fi dorinţa pentru bani sau pofta pentru plăceri trupeşti. Pofta ruinează viaţa, strălucirea, puterea, vitalitatea, memoria, bogăţia, faima, sfinţenia, pacea, înţelepciunea şi devoţiunea.

Omul, care se laudă cu intelectul lui, trebuie să înveţe lecţii de la păsări şi animale. Chiar şi animalele au mai mult control de sine decât oamenii. Numai aşa-zisul om este cel care s-a degradat pe sine prin prea multă indulgenţă. În culmea excitării sexuale, el repetă acelaşi act ruşinos iar şi iar. Nu are niciun pic de control de sine. Este un sclav absolut al pasiunii. El este o păpuşă în mâinile pasiunii.

Precum iepurii procrează şi aduce în lume un număr imens de copii care umflă numărul cerşetorilor din lume. Leii, elefanţii, taurii şi alte animale puternice au un control de sine mai bun decât oamenii. Leii coabitează o singură dată pe an. După concepţie, femelele niciodată nu permit masculilor să se apropie de ele până când puii nu au fost înţărcaţi şi la rândul lor au devenit sănătoşi şi puternici.

Numai omul violează legile naturii şi drept consecinţă suferă de nenumărate boli. S-a degenerat la un nivel mult mai jos decât animalele în această privinţă.

La fel cum un rege nu este rege fără trezorerie, subiecţi şi armată, cum o floare nu este floare fără miros, un râu nu este râu fără apă, tot aşa, un bărbat nu este bărbat fără Brahmacharya. Ahara, Nidra, Bhaya şi Maithuna – mâncare, somn, frică şi copulaţie – sunt comune la animale şi la oameni. Ceea ce diferenţiază omul de animal este Dharma, Viveka şi Vichare Sakti. Juana şi Vichara pot fi asigurate numai prin păstrarea Veerya.

Dacă un bărbat nu are aceste calificative, el ar trebui să fie considerat ca fiind doar un veritabil animal.

Dacă pofta, care este sursa tuturor plăcerilor în această lume, încetează, atunci toate legăturile lumeşti, care îşi au substratul în minte, vor înceta. Chiar cea mai virulentă otravă nu este otravă când este comparată cu pofta. Prima otrăveşte un singur trup, în timp ce ultima corupe multe trupuri în naşteri succesive. Tu eşti sclavul pasiunilor şi dorinţelor, emoţiilor şi atracţiilor. Când ai de gând să te ridici din această stare mizerabilă? Acele persoane, care, în ciuda cunoaşterii non-existenţei fericirii, în trecut şi în prezent, în obiectele vătămătoare ale lumii, se încurcă pe ele însele în acele obiecte cu gândurile lor agăţându-se de ele, merită apelativul de măgar, dacă nu mai rău. Dacă nu posezi Viveka, dacă nu faci toate eforturile pentru salvare, dacă îţi petreci viaţa în mâncare, băutură şi somn, eşti o fiinţă orizontală numai, trebuind să înveţi ceva lecţii de la acele animale, care posedă mai mult autocontrol.

Degragarea sexuală a cuprins lumea astăzi se datorează direct faptului că oamenii presupun că există un „instinct sexual” natural în fiinţele umane. Nu este aşa. Instinctul natural este unul de procreere. Dacă bărbaţii şi femeile îşi restrâng indulgenţele sexuale doar la procreere, atunci acest lucru în sine este păstrarea Brahmacharya. Cum acest lucru este imposibil în majoritatea cazurilor, abstinenţa totală este îmbrăţişată de cei care caută valorile mai înalte în viaţă. În ceea ce priveşte Sadhaka sau dorinţa de eliberare arzătoare, celibatul este un sine qua non, pentru că el nu îşi poate permite să risipească energia

lui vitală deloc.

Satisfacerea oricărei dorinţe lumeşti este păcătoasă; carnea ar trebui să fie sclavul abject al spiritului înflăcărat asupra lucrurilor divine.

Omul a fost creat pentru o viaţă de comuniune spirituală cu Dumnezeu, dar el a cedat seducţiei demonilor răi care s-au folosit de latura senzuală a naturii sale pentru a-l atrage departe de contemplarea divinului şi pentru a-l conduce la o viaţă pământeană.

Bunătatea morală, aşadar, constă în renunţarea la toate plăcerile senzuale, în separarea de lume prin discriminare şi lipsa de patimi, în viţuirea spirituală numai, în imitarea perfecţiunii şi purităţii lui Dumnezeu. Sexualitatea este inconsistentă cu înţelepciunea şi sfinţenia.

Marea afacere a vieţii este să eviţi impuritatea.

Sadhana spirituală este răspunsul la atracţia sexuală.

Cultura adevărată este statornicia în Brahmacharya fizică şi mentală. Cultura adevărată este realizarea identităţii sufletului individual cu Sufletul Suprem prin experienţă directă. Pentru un om pasionat cu mintea la cele lumeşti, termeni ca realizarea Sinelui, Dumnezeu, Sine, Vairagya, renunţare, moarte şi cimitir sună foarte revoltător şi terifiant, deoarece el este ataşat de obiecte. Termeni precum cântat, dans, discuţii despre femei şi altele sunt foarte plăcute.

Atracţia pentru obiecte va dispărea gradual dacă cineva doreşte să se gândească serios la natura ireală a lumii. Oamenii sunt arşi de focul poftei. Toate măsurile care sunt calculate pentru a eradica această boală groaznică ar trebui iniţiate şi puse la lucru. Toţi oamenii ar trebui să fie familiarizaţi în totalitate cu diferitele metode care îi vor ajuta să elimine din rădăcini acest duşman groaznic care este pofta. Dacă ei eşuează într-o metodă, pot recurge la alta. Pofta este un instinct brutal în om. Unui om ar trebui să îi fie ruşine să repete iar şi iar acte sexuale când este conştient că ţelul vieţii este realizarea

de Sine prin atingerea purităţii şi a practicii meditaţiei constante.

Un oponent ar putea spune că aceste chestiuni nu ar trebui discutate deschis, ci ar trebui discutate în secret. Asta este greşit. La ce foloseşte să ascunzi lucruri? Să ascunzi un lucru este un păcat.

În aceste zile de cultură modernă şi civilizaţie nouă, în această era de progres ştiinţific, aceste rânduri poate că nu sunt pe placul unor oameni. Ei pot remarca faptul că unii termeni sunt discordanţi, revoltători, ofensatori şi indecenţi şi nu se potrivesc cu oamenii cu gusturi rafinate. Ei greşesc în totalitate. Aceste rânduri vor produce o impresie foarte adâncă în minţile aspiranţilor însetaţi care tânjesc după eliberare. Minţile lor vor fi schimbate în totalitate. Nu există o cultură spirituală reală printre oamenii societăţii moderne. Eticheta este doar o simplă imagine.

Peste tot poţi vedea mult spectacol, ipocrizie, politeţe prefăcută, formalităţi fără sens şi convenţii. Nimic nu emană din profunzimile inimii. Oamenilor le lipseşte sinceritate şi integritatea. Ascultarea Mahavakya înţelepţilor şi învăţăturilor valoroase ale scripturilor nu vor produce nicio impresie în minţile persoanelor, pasionale şi lumeşti. Sunt ca seminţele aruncate printre roci. Sunt ca perlele aruncate în faţa porcilor. Dacă cineva înţelege clar prejudiciile serioase care vin printr-o viaţă impură şi ia hotărârea să atingă ţelul vieţii ducând o viaţă pură, el trebuie să-şi păstreze mintea ocupată cu gânduri divine, concentrare, meditaţie, studiul şi serviciul pentru umanitate.

Lipsa Sadhana-ei spirituale este cauza principală pentru toate atracţiile sexuale. Doar simpla abstinenţă teoretică de senzualitate nu îţi va aduce rezultate bune. Trebuie să tai fără milă toate formalităţile în viaţa socială şi să duci o viaţă pioasă liberă de afacerile existenţei trupeşti. Înclinaţia către tendinţele interne josnice îţi va aduce suferinţă. Scuzele nu vor folosi nimănui. Trebuie să fii sincer în căutarea ta pentru viaţa sublimă a

spiritualităţii. Jumătăţile de măsură te vor menţine în starea de mizerie.

Treziţi-vă prieteni, din această mocirlă a iluzoriei Samsara acum. Pasiunea a creat un mare haos în voi deoarece sunteţi înecaţi în ignoranţă. Câte milioane de taţi, mame, soţii şi fii aţi avut în naşterile precedente! Acest trup este plin de impurităţi. Ce ruşine este să îmbrăţişezi acest trup împuţit! Este doar o simplă prostie. Renunţă la iluzia trupului. De asemeni, renunţă la identificarea cu acest trupu prin meditaţia asupra gloriei lui Suddha Atman. Renunţă la venerarea trupului. Cei care venerează trupul sunt Asuras şi Rakshasas.

Brahmacharya – nevoia momentului

Fraţii mei! Ţineţi minte că voi nu sunteţi acest trup trecător din carne şi oase. Voi sunteţi nemuritorul, infinitul, Sat-Chit-Ananda Atman. Tu eşti Atman. Tu eşti Adevărul viu. Tu eşti Brahman. Tu eşti conştiinţa absolută. Poţi atinge această stare supremă numai ducând o viaţă de Brahmacharya adevărată. Spiritul Brahmacharyei trebuie să pătrundă în întreaga ta viaţă şi în toate acţiunile tale.

Oamenii vorbesc despre Brahmacharya, dar oameni practici sunt într-adevăr rari. O viaţă continentă este cu adevărat copleşită cu dificultăţi. Dar calea devine netedă pentru un ome cu o determinare de fier, răbdare şi perseverenţă. Vrem oameni adevăraţi, practici pe teren, oameni care sunt Brahmachari practici, oameni care pot impresiona pe alţii cu psihicul lor puternic, vieţile ideale, caracterul nobil şi tăria spirituală. Simpla vorbărie nu foloseşte la nimic. Am avut destui vorbitori fără folos pe teren şi pe platforme. Să vină în faţă câţiva oameni practici şi să conducă tinerii prin vieţile lor exemplare şi aura spirituală. Dă-mi voie să-ţi reamintesc! Exemplul este mai bun decât instrucţia.

Durata medie de viaţă a omenirii a scăzut la patruzeci de ani faţă de suta de ani obişnuită. Fiecare doritor de bine din ţară trebuie să se gândească la această stare a lucrurilor dizgraţioasă şi dezastruoasă, cu foarte multă atenţie şi să aplice remediile corespunzătoare la

timp. Bunăstarea viitoare a ţării stă în întregime pe umerii tinerilor. Este datoria Sannyasinilor, a sfinţilor, a profesorilor, a învăţătorilor şi părinţilor să reintroducă celibatul în viaţa tinerilor. Mă rog ca autorităţile educaţionale şi bătrânii vor acorda atenţie specială subiectului vital al Brahmachaya-ei pentru a eleva generaţiile următoare. Antrenamentul tinerilor înseamnă construirea naţiunii.

Bunăstarea viitorului Indiei stă în întregime pe Brahmacharya şi numai pe Brahmacharya.

Este datoria Sannyasinilor şi Yoghinilor să antreneze studenţii în Brahmacharya, să înveţe Asana şi Prāṇāyāma şi să răspândească cunoaşterea lui Atman de-a lungul şi de-a latul. Ei pot face multe pentru a îmbunătăţi situaţia pentru că ei sunt bărbaţi tot timpul. Ei ar trebui să iasă din peşteri şi Kutir-uri pentru Loka-Sangraha.

Dacă ţara maternă vrea să se ridice sus pe scara naţiunilor, copii ei, ambii bărbaţi şi femei, ar trebui să studieze subiectul important al Brahmacharya în toate detaliile, să-i înţeleagă importanţa supremă şi să păstreze strict marea Penitenţă.

În concluzie, mă rog cu fervoare, cu mâinile încrucişate, ca voi toţi să vă luptaţi cu sinceritate să controlaţi pasiunea – duşmanul păcii şi prosperităţii – prin Sadhana (practică spirituală). Un Brahmachari adevărat este cu adevărat un împărat puternic al acestei lumi.

Adoraţiile mele tăcute către toţi Brahmacharinii! Glorie lor!

Fie ca tu să rămâi aşezat sigur precum Mahameri în Starea Esenţială Satchidananda fără niciun gând impur, desfrânat! Fie ca Dumnezeu să binecuvânteze aspiranţii cu putere şi energie pentru a continua Brahmacharya! Fie ca tu, cu o minte pură, fără pată, să cunoşti fără întreruperi Realitatea ta Atmic-a! Fie ca tu, fără dorinţe lumeşti şi ambiţii, să te odihneşti în Acela care este în mijlocul celui care se bucură şi de care se bucură!

Fie ca splendoarea divină să strălucească în faţa ta! Fie ca flacăra divină să lumineze mai puternic în voi toţi!

Fie ca puterea divină şi pacea să rămână în voi pentru totdeauna! Om Santi! Santi! Santi!

Omul doreşte să aibă copii pentru a menţine rasa sau linia. Acesta este instinctul de reproducţie. Dorinţa de împerechere apare din acest instinct sexual. Puterea dorinţei sexuale depinde de impulsul sexual.

Conform Gita, impulsul este Vegam sau forţa. Domnul Krishna spune, „Cel ce este capabil să îndure aici pe pământ, înainte de a fi eliberat de trup, forţa născută a dorinţei şi pasiunii, este armonizat, el este un om fericit".

Impulsul este o forţă puternică. El exercită influenţa asupra minţii. Este o forţă care este comunicată brusc minţii.

La fel cum petrolul sau aburul mişcă motorul, instinctele şi impulsurile mişcă acest trup. Instinctele sunt principalele motive alte tuturor activităţilor umane. Ele dau un impuls trupului şi mişcă Indriyas-urile să acţioneze. Instinctele creează obiceiuri. Impulsurile instinctive furnizează puterea de conducere prin care toate activităţile mentale sunt menţinute. Aceste impulsuri sunt forţe mentale. Ele operează prin minte şi intelect. Ele modelează viaţa omului. Misterul vieţii stă în ele.

Atracţia către femei în bărbaţi este născută din Rajas. Acea atracţie necunoscută şi fericirea în compania lor este sămânţa impulsului sexual. Această atracţie, care este ca un balon la început, mai târziu capătă o formă formidabilă, un val necontrolabil de pasiune puternică sau apetit sexual. Fii atent. Generează unde spirituale de devoţiune prin Japa, Satsanga, meditaţie şi Vichara şi omoară această atracţie în faşă.

Trebuie să înţelegi lucrarea psihologică a impulsului sexual. Când sunt mâncărimi în trup, simpla scărpinare a lor este o plăcere. Impulsul sexual este doar o mâncărime nervoasă. Satisfacerea acestui impuls cauzează o plăcere iluzorie, dar are un efect dezastruos asupra bunăstării spirituale a persoanei.

2. CUM LUCREAZĂ IMPULSUL SEXUAL

Săgeata înflorită al lui Cupidon

Pofta trupească este puternică. Ea poartă un arc înflorit echipat cu cinci săgeţi, şi anume, Mohana, Stambhana, Unmadana, Soshana şi Tapana – fascinaţei, stupefacţie, intoxicaţie, vlăguire şi ardere. O săgeată cauzează fascinaţia în tinerii bărbaţi când văd o formă frumoasă. O alta le atrage atenţia. A treia îi intoxică. A patra cauzează atracţia intensă către formă. A cincea săgeată inflamează şi arde inima. Ea străpunge camerele cardiace adânc. Nimeni pe acest pământ, mai mult, în toate cele trei lumi, nu are puterea să reziste influenţei potenţiale a acestor săgeţi. Aceste săgeţi au străpuns chiar şi inima Domnului Śiva şi a multor Rishi ai trecutului. Aceste săgeţi l-au indus chiar şi pe Indra să o molesteze pe Ahalya. Cupidon trage direct o săgeată prin sprâncenele fermecătoare şi privire pătrunzătoare ale tinerei femei cu o talie subţire, obraji îmbujoraţi şi buze roşii. Lumina lunii, mirosuri şi parfumuri, flori şi ghirlande, pastă de santal, carnea şi lichiorul, teatrele şi nuvelele sunt armele lui puternice pentru a păcăli tinerii înflăcăraţi. Raţiunea discriminarea îşi iau tălpăşiţa în clipa în care inimile lor sunt umplute cu pasiunea arzătoare.

Toţi devin absolut orbi. Cupidon transformă persoanele intelectuale, marii oratori, miniştri şi cercetătorii, doctorii şi avocaţii, în animale de companie în braţele tinerelor femei. Raţiunea s-a oprit în intelectul uscat al cărturarului sau profesorului. El nu are vigoare adevărată. Cupidon îi cunoaşte tăria. Cupidon domneşte suprem peste tot. El penetrează inimile tuturor. El ştie cum să gâdile nervii. Într-o clipită el distruge raţiunea, discriminarea şi înţelegerea doar prin simpla inflamare a pasiunii în tineri.

Chiar şi în vise Cupidon domină, chiar când toate Indriyas-urile sunt tăcute. Femeile sunt agenţii lui infailibili! Ele sunt întotdeauna gata să răspundă chemării lui. Cupion operează prin zâmbetele lor, privirile fermecătoare şi cuvinte dulci, prin cântecele lor melodioase şi dansurile la bal. Tinerele femei aduc rapid ruina bărbaţilor şi pot deranja pacea chiar şi minţile

înţelepţilor. Cupidon poate face ca sistemul nervos al Brahmacharilor să tremure în delirul plăcerii imaginare chiar şi când ei se gândesc la imaginile tinerelor, femeilor frumoase, chiar când ei aud sunetele încete ale brăţărilor şi ornamentelor de la glezne, chiar şi când se gândesc la feţele lor înfloritoare. Ce să mai vorbim de atingere?

Saṃskāras în mintea subconştientă

Un act sexual produce o Saṃskāra sau impresie în mintea subconştientă sau Chitta. Această Saṃskāra ridică un Vritti sau o undă a gândului în minte iar Vritti-ul din nou cauzează o Saṃskāra. Satisfacerea dorinţei întăreşte Vasanas-urile. Prin memorie şi imaginaţie, o redeşteptare a dorinţei sexuale apare.

Amintirea imaginii unei femei neliniştеşte mintea. Când un tigru a gustat odată sânge de om, întotdeauna va alerga să omoare oameni. El devine un mâncător de oameni. Tot astfel, când mintea a gustat odată plăcerea sexuală, întotdeauna va alerga după femei.

Din Samaskara-urile şi Vasana-urile minţii emană Kalpana sau imaginaţia prin Smriti sau memorie. Atunci vine ataşamentul. Odată cu imaginaţia, emoţia şi impulsul se manifestă. Emoţia şi impulsul merg mână în mână. Apoi vine iritarea sexuală – dorinţa şi ardoare în minte şi în tot trupul. Iritaţia şi ardoarea în minte pătrund în trupul fizic, la fel cum apa dintr-o oală pătrunde în suprafaţa oalei. Dacă eşti vigilent, poţi da la o parte imaginaţia rea chiar la început şi poţi evita pericolul iminent. Chiar dacă permiţi „hoţului” imaginaţiei să intre pe prima poartă, fii foarte atent la a doua poartă când iritarea sexuală se manifestă. Poţi opri ardoarea acum. Poţi opri de asemenea, uşor. impulsul sexual puternic să se transmită la Indriya însuşi. Trage energia sexuală către creier prin Uddiyana şi Kumbhaka. Distrage mintea. Cântă Om sau orice altă Mantra cu concentrarea. Roagă-te, meditează. Dacă încă ţi se pare că este dificil să controlezi mintea, imediat caută Satsanga şi nu rămâne singur. Când impulsurile puternice se manifestă dintr-odată şi sunt transmise organului, uiţi totul şi devii orb. Devii o pradă a poftei trupeşti. Mai târziu

te căieşti. Chiar şi într-un om orb care este celibat şi care nu a văzut faţa unei femei, impulsul sexual este foarte puternic. De ce? Aceasta se datorează forţei Saṃskāra-urilor sau impresiilor din vieţile precedente care sunt implantate în mintea subconştientă. Indiferent ce faci, indiferent ce gândeşti, totul este depozitat sau înscris sau impresionat pentru totdeauna în straturile Chitta sau minţii subconştiente.

Aceste impresii pot fi arse sau distruse numai prin începutul cunoaşterii lui Atman sau Eului Suprem. Când Vasana sexuală umple întreaga minte şi trupul, Saṃskāras-urile iau forma marilor Vrittis-uri sau valuri şi torturează bietul om orb.

Este uşor să controlezi mintea conştientă. Dar este foarte dificil să controlezi mintea subconştientă. Poţi fi un Sannyasin. Poţi fi un om moral. Observă cum mintea se comportă în vise. Începi să furi în vise. Comiţi adulter în vise. Impulsurile sexuale, ambiţiile şi dorinţele josnice sunt toate înrădăcinate în mintea subconştientă. Distruge mintea subconştientă şi Saṃskāras-urile ei prin Vichara, Brahma-Bhavana şi meditaţie asupra lui Om şi a sensului ei. Un om care este stabilit în Brahmacharya mentală nu poate avea nici măcar un singur gând rău în vise. El nu poate avea niciodată un vis rău. Există lipsa de Vichara sau Viveka (discriminare) în vise. Acesta este motivul pentru care ai vise rele, chiar dacă eşti pur în starea Jagrat (treaz, conştient) prin puterea Viveka şi Vichara.

Un aspirant se plânge: „Pe măsură ce continui meditaţia, strat după strat de impurităţi continuă să se ridică din mintea subconştientă. neon ele sunt aşa de puternice şi formidabile că sunt confuz cum să le opresc. Nu sunt perfect stabilit în adevăr şi în Brahmacharya. Vechile obiceiuri ale poftei trupeşti spunerea de minciuni încă rămân ascunse în mine. Pofta trupească încă mă necăjeşte puternic.

Chiar ideea despre femeie îmi agită mintea. Mintea mea este aşa de sensibilă că nu sunt în stare să le aud sau să mă gândesc la ele. Imediat ce gândul vine în minte,

Sadhana mea este deranjată, şi de asemenea, pacea întregii zile este stricată. Îmi sfătuiesc mintea, o linguşesc, o sperii, dar degeaba. Mintea mea se revoltă. Nu ştiu cum să controlez această pasiune. Iritabilitatea, egoismul, mânia, lăcomia, ura şi ataşamentul încă stau ascunse în minte. Pofta trupească este duşmanul meu principal şi este unul foarte puternic. Îţi cer să fii amabil şi să mă sfătuieşti cum să o distrug".

Când impurităţile ies din mintea subconştientă şi vin la suprafaţa minţii conştiente cu forţă formidabilă, nu încerca să le rezişti. Repetă Ishta Mantra ta. Nu te gândi prea mult la defectele şi calităţile tale mai puţin bune. Este suficient dacă cercetezi şi îţi găseşti defectele.

Nu încerca să ataci calităţile rele. Atunci îşi vor arăta feţele lor lungi. Dezvoltă virtuţi pozitive. Nu te îngrijora prea des: „Am aşa de multe defecte şi slăbiciuni". Cultivă virtuţi Sattvice. Prin meditaţie, şi prin dezvoltarea calităţilor pozitive, prin metoda Pratipaksha Bhavana, toate calităţile negative vor muri singure. Aceasta este metoda corectă.

Poţi să îmbătrâneşti, părul albeşte, dar mintea rămâne mereu tânără. Capacitatea poate dispărea, dar dorinţa rămâne chiar şi când ai ajuns la senilitate avansată. Dorinţele sunt adevăratele seminţe ale naşterii. Aceste seminţe ale dorinţelor dau naştere la Sankalpa şi acţiune. Roata Samsarei este învârtită de aceste dorinţe. Distrugele încă de la început. Atunci doar vei fi sigur. Vei obţine Moksha.

Brahma-Bhavana, Brahma-Chintana, meditaţia asupra Om şi devoţiune vor dezrădăcina aceste seminţe-dorinţă care sunt îngropate adânc. Va trebui să le scoţi afară cum trebuie în diferitele colţuri şi să le arzi dincolo de reînviere. Atunci numai eforturile tale vor aduce fructul lui Nirvikalpa Samādhi.

Un student îmi scrie: „Carnea impură şi pielea îmi apar ca fiind foarte pure şi bune. Am pofte trupeşti mari. Încerc să dezvolt metal Bhava mamei în toate femeile. Mă închin în faţa unei femei mental, gândind că ea este o

imagine a Zeiţei Kali, însă mintea mea este extrem de dornică de pofte trupeşti. Ce să fac acum? Doresc iar şi iar să privesc o femeie frumoasă". Evident, Vairagya şi discriminarea încă nu şi-au făcut apariţia în mintea lui nici măcar puţin. Saṃskāra-ele vechi şi Vasana-ele sunt foarte puternice.

Chiar şi un Brahmachari pur va fi necăjit la început de curiozitate. El va fi curios să ştie şi să simtă ce fel de plăcere oferă indulgenţa sexuală. El gândeşte uneori: „Lasă-mă să cunosc plăcerea carnală a femeii doar o odată. Atunci voi putea să elimin din rădăcină impulsul şi dorinţa complet. Curiozitatea sexuală mă necăjeşte foarte mult".

Mintea vrea să-l păcălească pe acest Brahmachari. Maya face ravagii prin curiozitate. Curiozitatea este transmutată într-o dorinţă puternică. Gratificarea nu poate aduce satisfacerea unei dorinţe. Calea înţeleaptă este să omori valul puternic de curiozitate prin Vichara sau cercetarea despre Atman cel pur şi fără sex, prin eradicarea totală a dorinţei sexuale prin meditaţie constantă, şi gândirea la gloria Brahmacharyei şi defectele vieţii impure.

Cum să evaluezi puritatea mentală proprie

Vederea unei fete frumoase produce în tinerii pasionaţi atracţie şi agitaţia minţii, străpungând inima şi cauzând intoxicare serioasă. Dacă aceste simptome sunt absente într-un om, atunci este un semn care denotă că el este stabilit în Brahmacharya. Vederea unei perechi de păsări sau de animale care se împerechează, sau vederea trupului gol al unei femei, nu ar trebui să producă nici cea mai mică agitaţie în minte.

Dacă un sentiment se ridică în mintea unui Brahmachari pentru compania unei femei în timpuri de boală, dacă există o dorinţă puternică de a fi în compania ei, dacă există o dorinţă puternică de a vorbi, juca şi glumi cu ea, dacă există dorinţa de a privi la fete frumoase, dacă privirea este necurată şi adulteră, şi dacă există o dorinţă în minte când există durere în trup pentru atingerea

mâinilor unei femi, aminteşte-ţi că pofta încă este prezentă în minte. Există o dorinţă sexuală puternică. Aceasta trebuie să fie distrusă. Vechiul hoţ încă se ascunde. Un asemenea Brahmachari trebuie să fie foarte atent. El este încă în zona periculoasă. El încă nu a atins starea de puritate. Chiar şi în vise nu ar trebui să se trezească în minte nicio dorinţă pentru atingere femeiască şi compania unei femei.

Puritatea cuiva poate fi evaluată de experienţa unei persoane în vis. Dacă cineva este în întregime liber de orice gând sexual în vise, el a ajuns la culmea purităţii. Analiza de sine şi introspecţia sunt cerinţe indispensabile pentru a determina starea minţii unei persoane.

Un Juani nu va avea vise ude. Cel ce este stabilit în Brahmacharya nu va avea nici măcar un singur vis rău. Visele servesc drept criteriu pentru a judeca starea noastră mentală sau gradul nostru de puritate mentală. Dacă nu ai vise impure, creşti în puritate.

Chiar ideea de sex ar trebui să dispară din minte. Sukadeva a avut această experienţă. Suka nu s-a căsătorit. El şi-a părăsit casa şi hoinărea prin lumea largă, gol puşcă. Separarea a fost foarte dureroasă pentru tatăl său, Vyasa. Vyasa a mers în căutarea fiului său. În timp cel el a trecut pe lângă un lac, Apsaras, care se jucau liber, s-au simţit ruşinate şi s-au îmbrăcat în grabă. Vyasa a spus, „Foarte straniu într-adevăr! Sunt bătrân. Port haine. Dar când fiule meu a trecut pe aici gol, aţi rămas liniştite, nu v-aţi mişcat”. Apsaras au răspuns, „O venerabile înţelept, fiul tău nu cunoaşte diferenţa între bărbat şi femeie, dar tu o cunoşti”.

Va trebui să cauţi cu atenţie acest duşman groaznic, pofta care stă ascunsă în diversele colţuri ale inimii tale. La fel cum vulpea se ascunde în tufiş, tot aşa, această poftă se ascunde în substraturile şi colţurile minţii. Poţi detecta prezenţa ei numai dacă eşti vigilent.

Autoexaminarea intensă este foarte necesară. La fel cum duşmanii puternici pot fi cuceriţi numai dacă îi ataci din toate părţile, tot aşa, poţi păstra simţurile puternice

sub control numai dacă le ataci din toate părţile, din interior şi din afară, de deasupra şi dedesubt.

Simţurile sunt foarte turbulente. Virusul puternic care cauzează sifilisul este atacat din toate părţile de doctor cu medicamente variate precum ungere şi masaj local, injecţie, amestec de prafuri.

Tot aşa, simţurile trebuie să fie controlate prin metode variate precum postul, restricţii în dietă, Prāṇāyāma, Japa, Kirtan, meditaţie, Vichara sau interogarea „Cine sunt?”, Pratyahara sau abstracţia, Dama sau restrângerea de sine, Asane, Bandha, Mudre, control al gândului şi distrugerea Vasanas-urilor.

Protejează-te împotriva erorii de a-ţi imagina cu prostie că ai reuşit să scapi de poftă prin simplul fapt că ai trăit singur pentru un număr de ani sau ai experimentat un pic sentimente de serenitate sau puritate. Nu trebuie să zăboveşti asupra iluziei că ai eradicat pofta complet ajustând un pic dieta, practicând Prāṇāyāma şi făcând un pic de Japa, şi că nu mai ai nimic de făcut. Tentaţia sau Mara te poate doborî în orice moment. Vigilenţa eternă şi Sadhana riguroasă sunt foarte esenţiale.

Nu poţi să atingi Brahmacharya perfectă cu eforturi limitate. La fel cum o mitralieră este necesară pentru a omorî un duşman puternic, tot aşa, Sadhana constantă, viguroasă, puternică este necesară pentru a anihila acest duşman puternic, pofta. Nu trebuie să te umfli în pene cu mândrie pentru mici realizări în celibat. Dacă eşti testat, vei cădea fără speranţă. Trebuie să fii mereu conştient de lipsurile tale şi trebuie constant să le strădui să scapi de ele. Cel mai mare efort este necesar.

Atunci doar vei avea succes autentic în această direcţie.

Este uşor să îmblânzeşti un tigru sălbatic sau un leu sau un elefant. Este uşor să te joc cu cobra. Este uşor să mergi peste foc. Este uşor să devorezi focul şi să bei apele oceanului. Este uşor să escaladezi Himalaya. Este uşor să obţii victoria pe câmpul de bătălie.

Dar, este dificil de eradicat pofta. Chiar de la primele

stagii ale evoluţiei de-a lungul erelor, dorinţa instinctivă pentru reproducere şi multiplicare a fost păstrată numai de puterea poftei trupeşti. Aşadar, în ciuda tuturor eforuturilor de a o controla şi de a o subjuga, puterea încearcă să se manifeste cu putere şi să copleşească pe Sadhaka sau aspirant.

În acelaşi timp, nu e nevoie să disperi niciun pic. Ai credinţă în Dumnezeu, în Numele Lui şi în graţia Lui. Pofta nu poate fi dezrădăcinată din minte decât prin graţia lui Dumnezeu. Vei avea cu siguranţă succes dacă ai credinţă în El. Poţi distruge pofta într-o clipită. Dumnezeu face pe mut să vorbească şi pe olog să urce un deal abrupt. Doar simplul efort uman nu este suficient. Graţia divină este necesară. Dumnezeu îi ajută pe cei care se ajută singuri. Dacă faci renunţare de sine totală, Mama însăşi face Sadhana.

Meditaţia regulată şi Japa unei Mantra-e, dieta Sattvic-a, Satsanga, practica Prāṇāyāma, Sirsha and Sarvanga Asanas, studiul cărţilor religioase, Vichara şi izolarea pentru trei lui pe malul unui râu sfânt vor anihila în totalitate pofta trupească, oricât de puternice ar fi vechile Saṃskāra-uri şi Vasana. Pozitivul întotdeauna cucereşte negativul. Nu trebuie să te descurajezi în niciun caz. Cufundă-te în meditaţie, omoară această Mara, şi ieşi victorios din luptă. Străluceşte ca un Yoghin briliant. Tu eşti eternul Atman. Simte asta, O Viswaranjan!

Impulsurile sexuale pot, cu dificultate, să fie controlate. O rebeliune a impulsurilor sexuale are loc când încerci să le controlezi. Japa constantă şi meditaţia pentru o perioadă lungă sunt necesare pentru a direcţiona energia sexuală pe canalul spiritual. Sublimarea completă a energiei sexuale în Ojas Sakti este necesară. Numai atunci eşti în perfectă siguranţă. Numai atunci vei fi stabilit în

Samādhi, pe măsură ce Rasasvad va dispărea în totalitate. Răbdarea extremă, vigilenţa constantă, perseverenţa şi Sadhana riguroasă sunt necesare pentru a eradica impulsurile sexuale şi pentru a dobândi puritatea perfectă în gând, cuvânt şi faptă.

Brahmacharya sau puritatea poate fi dobândită numai prin luptă constantă. Nu poate fi atinsă într-o zi sau o săptămână. Pofta este fără dubii foarte puternică. Este duşmanul tău de moarte. Dar cel mai puternic prieten al tău este Numele Domnului. El va distruge pofta din rădăcini. Aşadar, întotdeauna recită şi cântă, „Ram, Ram, Ram".

Practicile Yoga, meditaţia şi celelalte vor atenua sau subţia dorinţa sexuală într-un mare grad. Dar, realizarea de Sine singură poate distruge complet sau arde dorinţa sexuală şi Saṃskārasurile. După cum indică corect Bhagavad Gīta, „Obiectele simţurilor se întorc de la omul abstinent care lasă dorinţa în urmă, dar această dorinţă de asemenea se întoarce după ce atinge realizarea de Sine".

Dorinţa sexuală este o forţă creativă. Dacă nu eşti inspirat de idealuri spirituale, este dificil să controlezi instinctul sexual. Direcţionează energia sexuală pe canalul înalt spiritual. Ea va fi sublimată. Ea va fi transformată în energie divină. Eradicarea completă a poftei, totuşi, nu poate fi realizată prin efort personal. Ea poate fi dobândită numai prin graţia lui Dumnezeu.

3. INTENSITATEA DORINŢELOR ÎN DIFERITE PERSOANE

Pasiunea este o dorinţă foarte puternică. O dorinţă blândă devine o pasiune puternică prin repetarea frecventă sau prin indulgenţa frecventă. Există pasiune pentru serviciul pentru ţară în patrioţi. Există pasiune pentru realizarea lui Dumnezeu în aspiranţii de primă clasă. În unii oameni, există o pasiune puternică pentru cititul nuvelelor. Există pasiune pentru cititul cărţilor religioase. Dar în general, în vorbirea obişnuită, pasiunea înseamnă pofta trupească sau un apetit sexual puternic. Acesta este o dorinţă fizică pentru gratificarea sexuală sau carnală. Când orice act sexual este repetat foarte des, dorinţa devine foarte ascuţită sau puternică. Instinctul sexual sau instinctul de reproducere în om involuntar îl îndeamnă să se implice în acte sexuale pentru prezervarea speciilor.

Pasiunea este dorinţa instinctivă pentru externalizare prin conservarea de sine şi multiplicarea de sine. Ea este o putere de diversificare, care este opusă direct forţei care se mişcă spre integrare fiinţei.

Pasiunea este un efort sau produs al Avidya. Ea este o Vikara negativă în minte. Atman este etern-pur. Atman este Vimala sau Nirmala sau Nirvikara. El este Nitya-Suddha. Avidya Sakti a luat forma pasiunii pentru păstrarea jocului lui Dumnezeu. Vei găsi în Chandipath sau Durga Saptasati:

Ya Devi Sarvabhuteshu Kamarupena Samsthita

Namastasyai Namastasyai Namastasyai Namo Namah

Înseamnă: „Mă înclin la acea Devi care a luat forma pasiunii în toate aceste fiinţe”.

Chiar şi Brahma, Creatorul, nu ştie exact locul unde stă pasiunea. În Bhagavad Gīta, vei găsi menţionat că simţurile, mintea şi Buddhi sunt locurile pasiunii. Pranamaya Kosa sau corpul subtil vital este alt loc. Dorinţa este atotpătrunzătoare în trup. Fiecare celulă, fiecare atom, fiecare moleculă, fiecare electron este încărcat cu pasiune. Există subcurenţi, curenţi încrucişaţi, intra-curenţi şi curenţi submarini în marele ocean al pasiunii. Trebuie să îi anihilezi complet pe fiecare dintre ei. Trebuie să distrugi complet pasiunea în toate locurile.

Pasiunea este o Vritti sau o modificare care se ridică din lacul minţii când Rajo-Guna predomină. Mâncarea Rajasică precum carnea, peştele şi ouăle, îmbrăcămintea Rajasică şi modul Rajasic de a trăi, parfumurile, cititul romanelor, cinematograful, discuţiile despre lucrurile senzuale, compania rea, lichiorul, intoxicanţii de toate felurile, tutunul – toate aceste excită pasiunea.

Pasiunea în copii, tineri şi vârstnici

Pasiunea este în stare de sămânţă în băieţii tineri şi în fete. Nu le cauzează niciun necaz. La fel cum un copac este latent în sămânţă, tot aşa, pasiunea este într-o stare de sămânţă în minţile copiilor. În bătrâni şi femei în vârstă pasiunea este suprimată. Ea nu mai poate cauza niciun

scandal. Numai în bărbaţii tineri şi în femeile tinere care au ajuns la adolescenţă această pasiune devine problematică.

Bărbaţii şi femeile devin sclavi ai pasiunii. Ei devin neajutoraţi.

Nu este o mare diferenţă în ceea ce priveşte sexul între un bărbat şi o femeie, între un băiat şi o fată când sunt foarte tineri. Când ajung la pubertate, apare o schimbare drastică. Sentimentele, gesturile, trupul, ţinuta, vorbirea, privirea, mişcările, vocea, calităţile şi comportamentul se schimbă în totalitate.

Întregul pom mango – cu toate ramurile lui, frunze şi fructe – este conţinut în formă subtilă în sămânţă. E nevoie de timp pentru manifestare. Chiar şi aşa, Vasana poftei stă ascunsă în minte când eşti un băiat, se manifestă la optsprezece ani, umple întregul trup la douăzeci şi cinci, lucrează haos de la douăzeci şi cinci la patruzeci şi cinci şi apoi gradat se diminuează. Diferite forme de greşeli şi răutăţi sunt comise de fiinţele umane între douăzeci şi cinci şi patruzeci şi cinci. Aceasta este cea mai critică perioadă a vieţii.

Gândurile sexuale în înţelepţi, aspiranţi spirituali şi familişti

Într-un mani, dorinţa sexuală este eradicată în întregime. În Sadhaka, ea rămâne bine controlată. Într-un familist, când nu este controlată, cauzează haos. Ea există în el în stare extinsă. El nu poate să-i reziste. El cedează în faţa ei neajutorat din cauza voinţei slabe şi lipsei de hotărâre.

Într-un mani sau înţelept, nu apar în minte gânduri senzuale. Nu există nicio diferenţă în sentimente când vede o fată frumoasă, un copil sau o femeie bătrână. El va vedea unicul fundamental, eternul, imortalul Sine într-o femeie şi un bărbat. El nu va avea sentimente diferite când atinge o carte, un lemn, o piatră şi trupul unei femei. Nu există ideea de sex într-un Juani. Aceasta trebuie să fie condiţia minţii care este stabilită în Brahmacharya.

Într-un aspirant, vor exista gânduri sexuale

ocazionale, dar ele sunt controlate. Ele nu pot cauza haos în el.

Un familist pasionat, totuşi, devine o pradă pentru gânduri sexuale. Un om pasionat al lumii vrea compania constantă a soţiei lui. Ideea de sex este înrădăcinată în el. Ea este foarte puternică. El vrea ca totul să fie făcut de soţia lui. Numai atunci este mulţumit. Aceasta este pur şi simplu din cauza pasiunii. După moartea soţiei lui, el nu mai mănâncă cu poftă, chiar şi când este preparată de bucătari experţi. Asemenea persoane sunt în totalitate nepotrivite pentru linia spirituală. Când un om simte dezgust pentru compania unei femei şi nu poate tolera compania ei, este un semn care arată trezirea Vairagya în el.

Dacă păstrezi sucul de lămâie sau sucul de tamarind într-o cupă de aur, el nu este stricat sau pătat. Dacă îl păstrezi într-un vas de aramă sau de cupru, se strică şi devine otrăvitor. Chiar şi aşa, dacă există câteva Vritti-uri Vishaya sau gânduri senzuale în mintea pură a unei persoane care practică meditaţia constantă, el nu vor polua omul şi nu vor induce Vikara sau excitare pasională. Dar dacă sunt gânduri senzuale în persoane cu minţi impure, ele cauzează excitare imediată în ele când se întâlnesc cu obiecte senzuale.

În vasta majoritate a persoanelor, dorinţa sexuală este foarte intensă. Ele au o năzuinţă sexuală extremă. În unele, dorinţa sexuală vine ocazional, dar trece repede. Este doar o simplă agitaţie, de o natură simplă în minte. Prin metoda corespunzătoare a Sadhanei spirituale, aceasta de asemeni poate fi eradicată complet.

Pofta în bărbaţi şi în femei

Deşi o femeie apare ca fiind blajină şi moale, ea devine nepoliticoasă, aspră şi distinct masculină când este nervoasă. Graţia feminină dispare când ajunge sub influenţa mâniei, indignării, furiei şi resentimentelor. Ai văzut vreodată femeile bătându-se pe stradă? Femeile sunt mai geloase decât bărbaţii. Ele au mai multă Moha şi pasiune de asemenea. Ele sunt de opt ori mai zeloase

decât bărbaţii. Femeile au mai multă putere de îndurare. Ele sunt mai emoţionale. Bărbaţii sunt mai raţionali.

Deşi femeile sunt mai zeloase, cu toate astea au mai multă putere de înfrânare decât bărbaţii. După ce ademenesc bărbaţii, rămân liniştite. Adevăratul vinovat este numai bărbatul. El este agresiv. El este cel care gustă fructul oprit primul. El este activ. El îşi pierde controlul şi discernământul, puterea de înţelegere şi judecata când este cuprins de pasiune şi devine un căţeluş ridicol în braţele femeii.

Când un om cade în capcana sau plasa întinsă de o femeie, nu mai este scăpare pentru el.

Femeia este pasivă. Ea doar tentează şi înşală bărbatul. Ea inflamează şi inima bărbatului. Ea zâmbeşte şi priveşte şi apoi tace. Aşteaptă. Dar bărbatul este agresorul. El este adevăratul vinovat.

Bărbatul este cel mai rău vinovat. El este adevăratul seducător. El este agresorul. El este violatorul. Toate femeile din lume ar fi devenit Mira, Madalasa şi Sulabhas dacă nu ar fi existat această natură depravată a bărbatului. El trebuie să fie corectat şi modelat înainte. El nu are aşa de mult control de sine cum au femeile. Femeile sunt de opt ori mai pasionate decât bărbaţii, dar posedă de opt ori mai multă putere de control asupra impulsului sexual sau a dorinţei sexuale. Aceasta este slăbiciunea bărbatului, deşi el poate fi fizic şi intelectual mai puternic decât o femeie.

Femeile te flatează, te ademenesc şi te linguşesc. Ele sunt experte în arta linguşitului. Ele te-au făcut un sclav prin expresiile lor încrezătoare, prin acţiunile lor, şarmul tineresc, privirile cochete, gesturi şi zâmbete. O porţiune considerabilă a vieţii tale a fost cheltuită urmărind fantome ale cărnii. Femeile apar fermecătoare doar pentru scurt timp, dar devin distrugătoare ale sănătăţii şi fericirii curând după aceea. Fii atent la aceste seducătoare care te prind în plasă prin linguşirile lor. Petreceţi zilele care au mai rămas cel puţin pe malurile sfinte ale Gangelui în Japa tăcută şi în meditaţie.

Scorpionul are veninul în coadă, cobra în colţi,

ţânţarul în salivă şi scandalagiul în limbă. Femeia are săgeţi otrăvite în ochii ei. Ea trimite mesajul pasiunii către tineretul plin de pofte trupeşti şi străpunge inimile lor prin săgeţile otrăvite care sunt aruncate din privirile lor pătrunzătoare. Dar, ea nu poate să facă niciun rău unui Viveki care este întotdeauna alert şi vede Doshasurile unei femei şi care cunoaşte Sat-Chit-Ananada, natura pură a lui Atman.

Există limbi şi instrumente telegrafice în ochii tinerelor femei pasionate. Ele trimit săgeţile de dragoste şi mesajele de dragoste prin privirile zâmbitoare către tinerii bărbaţi pasionaţi şi prin urmare îi ademenesc şi îi vrăjesc. Acei tineri care nu au discriminare sunt excitaţi de aceste mesaje de dragoste şi devine o pradă a poftei. Ei devine căţeluşi de joacă ai femeilor, deşi posedă educaţie academică şi ocupă poziţii înalte şi titulri. Ce ruşine! Raţiunea, voinţa, intelectul dispar împreună. O aspiranţi! Nu fiţi foarte familiari cu femeile. Nu ar trebui să vă sacrificaţi idealul nobil al vieţii de dragul de a plăcea unei femei care vă vrăjeşte. Gândiţi-vă la compoziţia trupului. Păstraţi imaginea mentală a trupului mort al unei femei sau un schelet ori de câte ori pasiunea vă necăjeşte. Veţi câştiga încet putere să supuneţi pasiunea. Vairagya va apărea încet. Cauza pentru atracţia către femei este prezenţa Vasanas-urilor sau a dorinţelor subtile în minte. Şterge-ţi-le Nu va mai fi atracţie. Cei care au renunţat la femei şi la bani au renunţat cu adevărat la lume.

4. SEXUL ESTE ÎN IMAGINAŢIE

Sexul este distincţia între bărbat şi femeie. Este o creaţie mentală. Este Kalpana sau imaginaţie. Nu există sex în cele cinci elemente din care este compus trupul. Trupul uman nu este altceva decât o combinaţie de cinci elemente. Cum, atunci, a apărut ideea de sex? Ideea sexuală este iluzorie. Este o şmecherie a minţii. Este o jonglerie a Maya-ei. Este o noţiune. Ideea de sex este înrădăcinată adânc. Bărbatul nu poate gândi niciodată că este femeie. O femeie nu poate gândi niciodată că ea este un bărbat.

Pentru un înţelept eliberat, această lume este plină de Brahman numai. Pentru un bărbat pasionat, această lume este plină de femei. El se îndrăgosteşte de un panou din lemn dacă este înfăşurat în halat de mătase sau o îmbrăcăminte frumoasă cu margini atractive şi un jupon. Pasiunea este un blestem teribil. Când un om este sub influenţa pasiunii, excitarea şi impulsul sexual sau forţa sexuală distrug înţelegerea lui şi raţiunea, îi copleşesc mintea şi îl fac total neajutorat.

Un familist care a înţelesc cum trebuie magnitudinea suferinţelor Samsarei încearcă să scape de viaţa Samsarică. În timp ce, un celibatar plin de pasiune îşi imaginează că el este foarte mizerabil din cauza absenţei unei soţii şi a copiilor şi încearcă să se căsătorească. Aceasta este Maya. Acesta este o şmecherie mentală. Fii atent.

Un celibatar pasionat se gândeşte tot timpul: „Când voi trăi cu o nevastă tânără?" Un familist lipsit de pasiune în care Viveka a apărut se gândeşte tot timpul: „Când mă voi elibera de strânsoarea soţiei şi mă voi retrage în păduri pentru contemplaţie asupra lui Atman?" Trebuie să te gândeşti la diferenţă.

Mii de tineri absolvenţi şi doctori tineri vin la mine cu vase din pământ în mâinile lor, îmbrăcaţi în robe portocalii, în căutarea peşterilor din Uttarakashi şi Gangotri pentru meditaţie profundă şi practica Prāṇāyāma. Iar unii dintre studenţii tineri la ştiinţe şi unii Rajakumars merg la Punjab şi Kashmir în costume de mătase cu gulere apretate şi cravate în căutarea fetelor pentru căsătorie. Există plăcere sau durere în această lume? Dacă există plăcere, de ce tinerii bărbaţi educaţi se retrag în păduri? Dacă este durere, de ce tinerii bărbaţi aleargă după bogăţie, femei şi poziţie? Misterioasă este Maya! Misterioasă este Moha! Încearcă să înţelegi ghicitoarea vieţii şi ghicitoarea universului.

Frumuseţea este un concept mental

Maya face ravagii prin imaginaţia minţii. Femeia nu este frumoasă, ci imaginaţia este frumoasă. Zahărul nu

este dulce, ci imaginaţia este dulce. Mâncarea nu este gustoasă, ci imaginaţia este gustoasă. Omul nu este slab, ci imaginaţia este slabă. Înţelege natura Maya-ei şi fii înţelept. Taie această imaginaţie a minţii prin Vichara sau gândirea corectă şi odihneşte-te în Brahman unde nu este nici imaginaţie nici gând.

Frumuseţea şi urâţenia sunt imaginaţii falese ale minţii. Mintea însăşi este un produs fals şi iluzoriu. Concepţiile minţii de asemenea trebuie să fie false. Ele sunt ca un miraj în deşert. Ce este frumos pentru tine este urât pentru altul. Frumuseţea şi urâţenia sunt termeni relativi. Frumuseţea este doar un concept mental. Este doar o proiecţie mentală. Doar omul civilizat este cel care vorbeşte mult despre simetria formelor, trăsăturilor frumoase, înfăţişare graţioasă, eleganţa manierelor şi forma graţioasă. Un negru african nu are idee despre aceste lucruri. Frumuseţea reală este Sinele numai.

Frumuseţea stă în minte şi nu în obiecte. Mango nu e dulce; ideea de mango este dulce. Totul este Vritti. Totul este decepţie mentală, concepţie mentală, creaţie mentală, Scrishti mental. Distruge Vritti; frumuseţea dispare. Soţul întinde ideea lui proprie de frumuseţe în soţia lui urâtă şi o găseşte foarte frumoasă prin pasiune. Shakespeare avea dreptate când a exprimat asta în „Visul unei nopţi de vară”: „Cupidon este pictat orb. ++ It finds Helen’s beauty in the brow of Egypt”.

Indriyasurile şi mintea te păcălesc în orice moment. Ele sunt adevăraţii tăi inamici. Frumuseţea este un produs al creaţiei mentale. Frumuseţea este un produs al imaginaţiei. O femeie urâtă apare foarte frumoasă numai în ochii soţului ei. Unde este frumuseţea, dragi prieteni, în pielea ridată a unei femei bătrâne? Unde este frumuseţea când soţia ta este bolnavă la pat? Unde este frumuseţea când soţia ta se înfurie? Unde este frumuseţea în trupul mort al unei femei? Frumuseţea feţei este doar o reflecţie. Frumuseţea frumuseţilor nepieritoare reală – fântâna frumuseţilor – poate fi găsită numai în Atman. Ai ignorat substanţa şi te-ai apucat de o bucată spartă de sticlă. Ce

greşeală majoră ai comis prin gândurile tale impure, mintea impură, Buddhi impur şi felul impur de a trăi! Ai realizat greşeala? Vei deschide ochii cel puţin acum?

O soţie frumoasă este foarte fermecătoare. Ea este foarte dulce când este tânără, când zâmbeşte, când poartă o rochie frumoasă, când cântă la pian sau la vioară, când dansează în sala de bal. Dar ea este oribilă când îşi pierde cumpătul, când se ceartă cu soţul pentru că nu primeşte sariuri de mătase şi bijuterii de aur, când suferă de colici abdominale acute sau o altă boală asemănătoare şi când devine bătrână.

Pentru câţiva ani Natura înzestrează femeia cu darul frumuseţii speciale, şarmului şi eleganţei pentru ca ea să poată captura inimile bărbaţilor. Frumuseţea este doar la suprafaţa pielii. Ea va trece curând, părul va deveni cenuşiu şi pielea se va umple curând cu riduri. Croitorul, ţesătorul, creatorul de toalete şi bijutierul le fac frumoase pentru câteva secunde. Omul, în excitarea sa, infatuare şi deziluzie, uită acest lucru. Asta este Maya. Niciodată să nu ai încredere în această Maya.

Fii atent. O omule, trezeşte-te! Găseşte Frumuseţea frumuseţilor, care este în tine, care este Sinele tău interior. O femeie! Cântă precum Mira şi contopeşte-te în Girdhar Nagar al Mirei.

Te-ai oprit vreodată şi ai considerat ce constituie baza femeilor care excită pofta în tine? O grămadă de oase, carne, sânge, urină, materii fecale, puroi, transpiraţie, flegmă şi alte mizerii! Voinţa, raţiunea şi discriminarea ţi-au fost dăruite numai pentru un asemenea sfârşit lipsit de glorie? Nu ai auzit şi nu ai văzut că frumuseţea fizică este doar la suprafaţa pielii şi la mila oricărui accident trecător, boală sau an?

Descrieri ale frumuseţii femeii care induc în eroare

Poeţii au exagerat frumuseţea femeilor. Ei sunt persoane prost îndrumate care pun tinerii pe calea greşită. Descrieri ca „domnişoare cu ochi fermecători”, „faţă precum luna”, „obraji înjuoraţi şi buze ca mierea” sunt fale

şi imaginare. Unde este frumuseţea într-un trup mort, în femeile bătrâne şi în cele bolnave? Unde este frumuseţea când o femeie este înfuriată? Eşti conştient de asta şi totuşi te agăţi de trupurile lor? Sunteţi nişte proşti! Asta este datorită forţei Maya-ei. Cât de misterioasă este puterea Maya-ei şi a Moha! Frumuseţea femii este falsă, artificială şi decadentă. Frumuseţea reale este nepieritoare şi eternă. Atman este sursa tuturor frumuseţilor. Frumuseţea lui este eternă şi durabilă. Ornamentele, îmbrăcămintea de mătase cu margini capricioase, prinsul părului cu agrafe din aur, aplicarea pudrei pe feţele lor, rujul pe buze şi unguentul pe ochi sunt cele care împrumută o decorare temporară şi strălucire artificială femeii. Lipseşte-le de pudra pentru faţă, ornamentele lor şi rochia ţipătoare, şi cerele să poarte o pânză albă simplă fără margini. Unde este frumuseţea acum? Frumuseţea pielii este doar o deziluzie.

Poeţii descriu în toanele lor imaginare, pasionate că miere curge de pe buzele unei femei tinere, frumoase. Aşa stau într-adevăr lucrurile? Ce vezi în realitate? Puroiul împuţit din gingii care sunt afectate de infecţii groaznice, scuipatul împuţit din gât, şi saliva urât mirositoare care se scurge pe buze noaptea – numeşti toate astea miere şi nectar? Şi totuşi, bărbaţii pasionaţi, plini de pofte trupeşti şi intoxicaţi de sex înghit aceste secreţii când sunt luaţi de valul excitării! Există ceva mai revoltător decât asta? Nu sunt aceşti poeţi vinovaţi, când dau asemenea descrieri false, când au cauza mare haos şi daune tinerilor pasionaţi?

În spatele pielii strălucitoare este carne crudă. În spatele zâmbetelor tinerelor femei sunt încruntări şi furie. În spatele buzelor roşii stau germeni ai bolilor. În spatele amabilităţii şi cuvintelor blânde sunt ascunse cuvinte aspre şi abuzuri. Viaţa este trecătoare şi nesigură, O omule pasionat! Realizează frumuseţea lui Atman în inimă. Trupul este gazdă pentru boli. Plasa afecţiunii în această lume este întărită de indulgenţa lungă. Ea a făcut noduri groase în jurul gâtului tău.

Fără piele, fără rochie, fără ornamente, femeia nu e nimic. Doar imaginează-ţi pentru un moment că pielea ei este dată la o parte. Va trebui să stai lângă ea cu un băţ lung să alungi ciorile şi vulturii. Frumuseţea fizică este superficială, iluzorie şi trecătoare. Este doar la suprafaţa pielii. Nu fi înşelat de apareţele externe. Este jongleria Maya-ei. Mergi la sursă, Atman, frumuseţea frumuseţilor, frumuseţea eternă.

Pasiunea orbeşte intelectul

Plăcerea sexuală este o iluzie. Ea este Bhranti Sukha. Nu este frumuseţe reală deloc. Ea este doar o gâdilare de nervi. Toate plăcerile lumeşti apar ca nectar la început. Ele devin otravă în final. Reflectează bine, O Saumya, fiul meu iubit! Nu te lăsa dus în eroare de impulsuri şi pasiune. Nimeini nu a beneficiat în această lume prin Maya. Oamenii plâng în final. Întreabă orice familist matur dacă el găseşte vreo iotă de fericire în această lume.

Musca zboară către foc sau lampă gândind că este o floare şi este arsă. Tot aşa, bărbatul pătimaş aleargă către o frumuseţe falsă gândind că el poate obţine acolo fericire reală şi este ars în focul poftei trupeşti.

Tot aşa cum viermele de mătase se încurcă singur în coconul pe care îl ţese singur, tot aşa, şi tu te-i înlânţuit singur în năvodul propriilor tale dorinţe. Taie plasa cu cuţitul lipsei de patimă şi ridică-te sus în tărâmul păcii eterne pe aripile devoţiunii şi cunoaşterii.

Un bărbat pătimaş este un adevărat bărbat orb. Deşi el poate fi un om intelectual, el devine orb când este sub influenţa excitării sexuale. Intelectul lui se dovedeşte a fi fără folos când sufere de acest fel de orbire. Vrednici de milă sunt aceştia! Satsanga, rugăciunea, Japa, cercetarea şi meditaţia vor eradica această boală groaznică şi îl vor binecuvânta cu ochiul înţelepciunii.

Nu există sex în elemente. Există mintea din trup, care este făcut din aceste elemente. Există kalpana în minte. Şi acea Kalpana sau dorinţă pentru poftă trupească este dorinţa sexuală. Dacă omori această minte, care este o grămadă de dorinţe, vei omorî pofta şi restul. Omoară

această Kalpana. Nu vei mai avea poftă trupească atunci. Vei fi omorât pofta trupească.

Ideea sexuală este o creaţie mentală. Întreaga Maya sau Avidya nu este altceva decât ideea de trup sau ideea de sex. Întreaga Sadhana spirituală este calculată să distrugă această singură idee. Dispariţia acestei idei singure este Moksha!

5. EFECTELE DEZASTRUOASE ALE INDULGENŢEI SEXUALE

Cea mai devitalizatoare şi demoralizatoare plăcere este plăcerea sexuală. Bucuria senzuală este însoţită de defecte variate. Este însoţită de diferite tipuri de păcatele, dureri, slăbiciuni, ataşamente, mentalitatea de sclav, voinţă slabă, efort sever şi luptă, dorinţă şi agitaţie mentală. Persoanele lumeşti niciodată nu îşi vin în simţiri deşi primesc lovituri severe, împingeri şi lovituri din diferite colţuri. Câinele vagabond de pe stradă nu încetează să viziteze case deşi este lovit cu pietre de fiecare dată.

Doctori eminenţi din Vest spun că diverse tipuri de boli apar din pierderea spermei, în special la vârstă tânără. Apar fierberi în trup, aceea sau erupţii pe faţă, linii albastre în jurul ochilor, absenţa bărbii, ochi cufundaţi, faţă palidă cu anemie, pierderea memoriei, pierderea vederii, miopie, descărcarea spermei odată cu urina, mărirea testiculelor, durere în testicule, debilitate, ameţeală, lene, depresie, palpitaţii ale inimii, dificultăţi în respiraţie, tuberculoză, dureri la spate, şale, cap şi articulaţii, rinichi slabi, urinatul în somn, minte nestatornică, lipsa puterii de gândire, vise rele, vise ude şi nestatornicia minţii.

Observă cu atenţie efectele rele ce urmează pierderii energiei seminale! Persoanele sunt debilitate fizic, mental şi moral de eliminarea puterii seminale cu aşa multe ocazii pentru nimic. Trupul şi mintea refuză să lucreze energetic. Există letargie fizică şi mentală. Experimentezi slăbiciune şi multă isovire. Va trebui să recurgi la băutul de lapte, mâncatul fructelor şi confecţiilor afrodiziace, pentru a

compensa pierderea de energie. Ţine minte că aceste lucruri nu pot niciodată, niciodată să repare pierderea complet. Odată pierdută este pierdută pentru totdeauna. Va trebui să duci o existenţă mohorâtă şi vără bucurii. Puterea trupească şi mentală este diminuată zilnic.

Cei ce au pierdut multă din Veerya lor devin foarte iritabili. Lucruri mărunte le deranjează minţile. Cei ce nu au păstrat jurământul celibatului devin sclavi ai furiei, geloziei, lenii şi fricii. Dacă nu ai simţurile sub control, te aventurezi să faci lucruri prosteşti pe care nici copii nu îndrăznesc să le facă.

Cel ce şi-a cheltuit energia vitală devine uşor iritabil, îşi pierde balansul minţii şi intră într-o stare de furie explozivă pentru fleacuri. Când un om devine furios, el se comportă nepotrivit. El nu ştie exact ce face pentru că îşi pierde puterea de raţiune şi discriminare. El va face ce îi va place. El îşi va insulta chiar şi părinţii, Guru şi persoanele respectabile. Se cuvine, aşadar, ca aspirantul care încearcă să dezvolte comportament bun trebuie să-şi păstreze energia vitală. Păstrarea acestei energii divine conduce la atingerea unei voinţe puternice, comportament bun, exaltare spirituală, şi Sreyas sau Moksha în final.

Actele sexuale excesive secătuiesc enorm energia. Tinerii bărbaţi nu realizează valoarea fluidului vital. Ei cheltuie această energie dinamică prin copulaţie lipsită de moderaţie. Nervii lor sunt gâdilaţi mult. Ei devin intoxicaţi. Ce greşeală serioasă comit! Este o crimă care cere pedeapsa capitală. Ei sunt ucigaşi ai lui Atman. Când această energie este odată cheltuită, ea nu poate fi recuperată niciodată prin niciun alt mijloc. Este cea mai puternică energie din lume. Un act sexual distruge complet creierul şi sistemul nervos. Oamenii îşi imaginează prosteşte că ei pot recupera energia pierdută consumând lapte, migdale şi Makadadhvaja. Aceasta este o greşeală. Trebuie să faci tot ce îţi stă în puteri pentru a păstra fiecare picătură chiar dacă eşti un om căsătorit. Realizarea de Sine este ţinta.

Energia care este cheltuită în timpul unui act sexual

este echivalentă cu energia care este cheltuită în muncă fizică timp de zece zile sau cu energia care este utilizată în lucrare mentală timp de trei zile. Observă cât de preţios este fluidul vital, sperma! Nu cheltui această energie. Păstreaz-o cu mare atenţie. Vei avea o vitalitate minunată. Când Veerya nu este folosită, ea este transmutată în Ojas Sakti sau energie spirituală şi stocată în creier. Doctorii vestici ştiu puţin despre aceste lucru remarcabil. Majoritatea durerilor tale se datorează chelturii excesive de energie seminală.

Visele ude şi copulatul voluntar – O diferenţă vitală

Un act sexual distruge sistemul nervos. Întregul sistem nervos este scuturat sau agitat în timpul actului. Există o pierdere excesivă de energie. Mai multă energie este cheltuită în timpul coitusului. Da' nu este aşa când emisia apare în timpul visului. Într-un vis ud, poate fi scurgerea de lichid prostatic doar. Chiar dacă există pierderea fluidului vital, nu există multă istovire. Estenţa actuală nu iese afară în timpul viselor ude. Este doar lichid prostatic apos cu puţină spermă care este descărcat în timpul poluţiei nocturne. Când emisiunea nocturnă are loc, mintea care lucra în corpul astral interior intră dintr-odată în trupul fizic vehement şi într-o condiţie agitată. Acesta este motivul pentru care emisiunile au loc brusc.

Descărcarea nocturnă poate că nu stimulează dorinţa sexuală. Dar o copulaţie voluntară, în cazul unui aspirant sincer este foarte detrimentulă pentru progresul lui spiritual. Saṃskāra creată de act va fi foarte adâncă; şi va intensifica sau întări forţa precedentelor Saṃskāra care sunt deja înserate în mintea subconştientă şi va stimula dorinţa sexuală. Va fi ca turnatul de ghee într-un foc ce începe să se stingă. Sarcina de a şterge această nouă Saṃskāra va fi o treabă grea. Ar trebui să renunţi complet la copulaţie. Această minte va încerca să te păcălească într-o varietate de feluri dându-ţi sfaturi greşite. Fii alert. Nu îi asculta vocea, ci încearcă să asculţi vocea conştiinţei sau vocea sufletului sau vocea discriminării.

Tineri cu feţe palide

O mulţime de energie este cheltuită în timpul copulaţiei. Memorie proastă, îmbărânire prematură, impotenţă, diferite feluri de boli ale ochilor şi diferite boli nervoase pot fi atribuite pierderii grele de fluid vital. Este foarte şocant într-adevăr să vezi mulţi tineri mergând cu paşi nesiguri, cu feţe palide şi trase datorită pierderii fluidului vital, în loc să sară încoace şi încolo cu paşi ageri, vioi cu vigoare şi vitalitate ca o veveriţă. Unii oameni sunt aşa de pătimaşi şi slabi că numai gândul sau vederea sau atingerea unei femei cauzează descărcarea spermei. Sunt vrednici de milă!

Ce vedem în zilele noastre? Băieţi şi fete, bărbaţi şi femei, sunt înecaţi în oceanul gândurilor impure, dorinţelor carnale şi micilor plăceri senzuale. Este foarte deplorabil într-adevăr. Este cu adevărat şocant să auzi poveştile unora dintre aceşti băieţi. Mulţi băieţi de la colegiu au venit personal la mine şi mi-au povestit vieţile lor posomorâte şi deprimate vrednice de milă condiţii aduse de pierderea masivă de spermă rezultată prin mijloace nenaturale. Puterea lor de discriminare a fost pierdută datorită excitării sexuale şi intoxicării cu pofte trupeşti. De ce îţi pierzi această energie care este câştigată în multe săptămâni şi luni de dragul unei mici şi momentane plăceri senzuale?

6. VALOAREA SPERMEI

Dragii mei fraţi! Energia vitală, Veerya care îţi susţine viaţa, care este Prana Pranelor, care străluceşte în ochii tăi, care radiază din obraji, este o mare comoară pentru tine. Ţine minte acest lucru. Veerya este quintesenţa sângelui. O picătură de spermă este fabricată din patruzeci de picături de sânge. Fii atent cât de valoros este acest fluid!

Un copac îşi extrage estenţa sau Rasa din pământ. Această esenţă este circulată prin copac, rămurele, ramuri, frunze, flori şi fructe. Culorile strălucitoare şi viaţa din frunze, flori şi fructe sunt datorate acestei Rasa. Similar, Veerya care este fabricată de celulele testiculelor din

sânge dă culoare şi vitalitate trupului uman şi diferitelor lui organe.

Potrivit Āyurveda, sperma este ultimul Dhatu care este format din mâncare. Din mâncare este fabricat chilul. Din chil vine sângele. Din sânge vine carnea. Din carne apare grăsimea. Din grăsime apar oasele. Din oase apare măduva. Din măduvă apare sperma. Acestea sunt cele Sapta Dhatus sau şapte Dhatus care susţin această viaţă şi trup. Fii atent cât de preţioasă este sperma! Ea este ultima estenţă. Ea este Esenţa esenţelor. Veerya apare chiar din măduva care stă ascunsă în interiorul oaselor.

Există trei diviziuni ale fiecărui Dhatu. Sperma hrăneşte trupul fizic, inima şi intelectul. Numai bărbatul care foloseşte trupul fizic, inima şi intelectul poate avea Brahmacharya perfectă. Un luptător care foloseşte doar trupul fizic, dar rămâne cu intelectul şi inima nedezvoltate, nu se poate aştepta să aibă Brahmacharya completă. El poate avea doar Brahmacharya trupului, dar nu şi a minţii şi a inimii. Sperma care aparţine inimii şi minţii cu siguranţă va curge afară. Dacă un aspirant face doar Japa şi meditaţie, dar nu dezvoltă inima, şi dacă el nu practică exerciţii fizice, el va avea doar Brahmacharya mentală. Partea de spermă, care merge să hrănească inima şi trupul, va curge afară. Dar un yoghin avansat care se cufundă adânc în meditaţie va avea Brahmacharya completă chiar dacă el nu practică exerciţii fizice.

Sperma este quintesenţa din hrană sau sânge. O picătură de spermă este fabricată din patruzeci de picături de sânge conform ştiinţei medicale moderne. Conform Āyurveda ea este elaborată din optzeci de picături de sânge. Cele două testicule sau seminţe care sunt localizate în scrot se numesc glande de secreţie. Celulele acestor testicule au fost înzestrate cu proprietatea particulară de a secreta sepermă din sânge. La fel cum albina colectează miere în fagure picătură cu picătură, tot aşa, celulele testiculelor colectează sperma picătură cu picătură. Apoi fluidul este dus prin două tuburi în veziculele seminale. Din cauza excitării, este aruncată în afară prin canale

speciale, numite canale de ejaculare, în uretră unde este amestecată cu lichid prostatic.

Sperma se găseşte în stare subtilă în toate celulele trupului. La fel cum zahărul este infiltrat peste tot în sfecla de zahăr, untul în lapte, tot aşa sperma este infiltrată în întregul trup. La fel cum laptele este subţiat după ce este scos untul, tot aşa, sperma este subţiată prin pierdere. Cu cât pierderea spermei este mai mare cu atât este mai mare slăbiciunea. În Yoga Sastras se spune:

Maranam Bindu Patanat.

Jivanam Bindu Rakshanat.

Pierderea spermei aduce moartea; păstrarea spermei dă viaţă. Sperma este vitalitatea reală în bărbaţi. Este comoara ascunsă în bărbat. Ea oferă Brahma-Tejas feţei şi putere intelectului.

Opinia medicală modernă

Medici europeni eminenţi susţin declaraţia Yoghinilor din India. Dr. Nicole spune: „Este un fapt medical şi psihologic că cel mai bun sânge în trup merge să formeze elementele de reproducere în ambele sexe. În viaţă pură şi ordonată, această materie este reabsorbită. Merge înapoi în circulaţie gata să formeze cel mai fin creiere, nervi şi ţesuturi musculare. Acest fluid vital luat înapoi şi difuzat prin sistemul lui îl face bărbat, puternic, curajos şi eroic. Dacă este irosită, îl lasă efeminat, slab şi debilitat fizic şi înclinat către iritare sexuală şi funcţionare dezordonată, un sistem nervos nenorocit, epilepsie şi diverse alte boli şi moarte. Supspendarea folosirii organului generativ este însoţită cu o creştere notabilă a vigorii trupeşti şi mentale şi spirituale”.

Dacă secreţiile spermatice în bărbat sunt continue, trebuie să fie eliminate sau vor fi reabsorbite. Ca rezultat al celor mai detaliate şi perseverente investigaţii ştiinţifice, s-a descoperit că de fiecare dată când secreţiile seminale sunt conservate şi prin urmare reabsorbite în sistem, merg către îmbogăţirea sângelui şi întărirea creierului. Dr. Dio Louis gângeşte că conservarea acestui element este esenţială pentru puterea trupului, vigorii minţii şi ascuţimii

intelectului. Un alt scriitor, Dr. E.P. Miller spune: „Toate irosirile secreţiilor spermatice, indiferent dacă sunt voluntare sau involuntare, sunt o irosire directă a forţei vieţii. Este aproape universal acceptat că cele mai alese elemente ale sângelui intră în compoziţia secreţiilor spermatice. Dacă aceste concluzii sunt corecte, atunci rezultă că o viaţă castă este esenţială pentru bunăstarea fiinţei umane”.

Mintea, Prana şi Veerya

Mintea, Prana şi Veerya sunt trei zale ale unui lanţ. Ele sunt cei trei piloni ai edificiului Jivatma. Distruge un pilon – mintea, Prana şi Veerya – şi toată clădirea va cădea în bucăţi.

Mintea, Prana şi Veerya sunt una. Controlând mintea, poţi controla Prana şi sperma. Controlând Prana poţi controla mintea şi sperma. Controlând sperma, poţi controla mintea şi Prana.

Mintea, Prana şi Veerya sunt sub o singură Sambândha sau conexiune sau circuit. Dacă mintea este controlată, Prana şi Veerya sunt controlate automat. Cel ce suspendă sau restrânge Prana restrânge de asemenea lucrarea minţii şi mişcarea Veerya. Din nou, dacă Veerya este controlată, şi dacă este făcută să curgă în sus către creier de gânduri pure şi de practica Viparita Karani Mudra precum Sarvangasana şi Sirshasana şi Prāṇāyāma, mintea şi Prana sunt automat controlate.

Mintea este pusă în mişcare sau activată de două lucruri – vibraţia Pranei şi Vasanas sau dorinţele subtile. Unde mintea este absorbită, acolo Prana este restrânsă; şi unde Prana este fixată, acolo mintea este de asemeni absorbită. Mintea şi Prana sunt companioni intimi, precum un om şi umbra lui. Dacă mintea şi Prana nu sunt restrânse, toate organele de simţ şi acţiune sunt păstrate activ în acţiunea funcţiilor lor respective.

Când un om este excitat de pasiune, Prana este pusă în mişcare. Atunci întregul trup se supune dictaturii minţii la fel cum un soldat se supune comenzilor comandantului său. Aerul vital sau Prana mişcă seva interioară sau

sperma. Sperma este pusă în mişcare. Ea cade jos, la fel cum norii izbucnesc în apă de ploaie, la fel cum fructele, florile şi frunzele copacilor cad jos datorită forţei vânturilor care bat.

Dacă Veerya este pierdută, Prana devine instabilă. Prana este agitată. Omul devine nervos. Atunci mintea de asemenea nu poate lucra corespunzător. Omul devine instabil mental. Există slăbiciune mentală.

Dacă Prana este stabilizată, mintea de asemenea devine stabilă. Dacă Veerya este stabilă, mintea este de asemenea stabilă. Dacă Veerya este stabilă, mintea este de asemenea stabilă. Dacă Drishti sau viziunea este stabilă, mintea de asemeni devine stabilă. Aşadar, controlează Prana, Veerya şi Drishti. Dumnezeu este Rasa. Raso Vai Sah. Rasa este Veerya, fluidul vital sau sperma. Poţi dobândi fericirea eternă prin dobândirea Rasa sau a Veerya numai. Rasohyevayam Labdhva Anandi Bhavati.

Pătrunde în totalitate importanţa şi valoarea acestei esenţe vitale a vieţii. Veerya este toată puterea. Veerya este toţi banii. Veerya este Dumnezeu. Veerya este Sita. Veerya este Radha. Veerya este Durga. Veerya este Dumnezeu în mişcare. Veerya este Voinţă dinamică. Veerya este Atma-Bal. Veerya este Vibhuti al lui Dumnezeu. Domnul spune în Gita: „Paurusham Nrishu. Eu sunt sămânţa sau virilitatea în bărbaţi”. Veerya este esenţa vieţii, gândului, inteligenţei şi conştiinţei. Aşadar, păstrează acest fluid vital foarte, foarte atent, dragul meu cititor!

SECŢIUNEA II. GLORIA BRAHMACHARIEI

7. SENSUL BRAHMACHARIEI

Brahmacharya literar înseamnă Achara sau conduită care conduce la realizarea lui Brahman sau a Sinelui unei persoane. Ea înseamnă controlul spermei, studiul Vedelor şi contemplării asupra lui Dumnezeu. Sensul tehnic al Brahmacharya este înfrânare de sine, în particular stăpânirea perfectă a controlului în ceea ce priveşte organul sexual sau libertatea de pofte trupeşti în gând, cuvânt şi faptă. Abstinenţa strictă nu este doar faţă de

contactele sexuale, ci de asemenea faţă de manifestările auto-erotice, faţă de acte homosexuale şi faţă de toate practicile sexuale perverse. Mai mult ea presupune o abstinenţă permanentă faţă de indulgenţa în imaginaţie erotică şi reverie voluptuoasă. Toate felurile de anomalii sexuale şi obiceiuri rele de tot felul precum masturbarea şi sodomia trebuie eradicate complet. Ele aduc o prăbuşire totală a sistemului nervos şi o mizerie imensă.

Brahmacharya este puritate în gând, cuvânt şi faptă. Ea este celibatul şi continenţa. Brahmacharya este jurământul celibatului. Termenul celibat vine de la latinescu caelebs, ce înseamnă necăsătorit sau singur, şi semnifică starea de a trăi necăsătorit. Dar Brahmacharya nu este o simplă burlăcie. Ea include controlul, nu doar al sexului sau Indriya de reproducere, ci de asemenea toate celelalte Indriya în gând, cuvânt şi faptă. Aceasta este definiţia Brahmacharya într-un sens larg al cuvântului. Uşa către Nirvāṇa sau perfecţiune este Brahmacharya completă. Celibatul complet este cheia principală care deschide uşă către tărâmurile de fericiere paradiziacă. Drumul către sălaşul păcii supreme începe de la Brahmacharya sau puritate.

Brahmacharya este libertate absolută de dorinţe sexuale şi gânduri. Un adevărat Brahmachari nu va simţi nicio diferenţă în atingerea unei femei, a unei bucăţi de hârtie sau a unui lemn. Brahmacharya este destinată pentru bărbaţi şi femei. Bhishma, Hanuman, Lakshman, Mira Bai, Sulabha şi Gargi erau toţi stabiliţi în Brahmacharya.

Simplul control al pasiunii animale nu va constitui Brahmacharya. Aceasta este Brahmacharya incompletă. Trebuie să controlezi toate organele – urechile care vor să audă poveşti despre plăceri trupeşti, ochiul care doreşte să vadă obiecte care excită pasiunea, limba care vrea să guste lucruri excitante şi pielea care vrea să atingă obiecte excitante.

Să te uiţi poftind este adulterul ochilor; sau auzi orice care excită pasiunea este adulterul urechilor; să

vorbeşti orice care excită pasiunea este adulterul limbii.

Cele opt căderi în Brahmacharya

Trebuie să eviţi cu atenţie cele opt tipuri de satisfacţii, şi anume, Darshan sau privitul femeilor cu o dorinţă pasionată, Sparshan sau atingerea lor, Keli sau jocul, Kirtan sau lăudarea calităţilor celuilalt sex, Guhya-Bhasan sau vorbitul în particular, Sankalpa sau determinarea, Adhyavasaya sau apropierea de sexul opus cu dorinţa pentru gratificare şi Kriyanivritti sau actul sexual în sine. Aceste opt tipuri de satisfacţii sunt opt tipuri de căderi, cum s-ar spune, în practica curentă a lui Akhanda Brahmacharya. Trebuie să eviţi aceste opt întreruperi cu mare atenţie, străduinţă sinceră şi circumspecţie vigilentă. Numai cel care este liber de toate acest căderi poate fi un adevărat Brahmachari. Un adevărat Brahmachari ar trebui să evite fără milă toate acele opt căderi.

Un Brahmachari ar trebui să evite privitul unei femei cu ochi care poftesc. El nu ar trebui să aibă dorinţa de a o atinge sau de a merge lângă ea cu intenţii rele. El nu ar trebui să se joace, să facă glume sau să discute cu ea. El nu ar trebui să laude calităţile femeii în sine însuşi sau în faţa prietenilor lui.

El nu ar trebui să vorbească cu o femeie în secret. El nu ar trebui să se gândească la femei deloc. El nu ar trebui să aibă dorinţă carnală pentru satisfacţii sexuale. Un Brahmachari, ar trebui, fără să eşueze, să evite contactul sexual. Dacă el cade în privinţa uneia din redulile de mai sus, el violează jurământul Brahmacharya.

Deşi primele şapte tipuri de Maithuna nu cauzează pierderea efectivă de spermă, totuşi sperma este separată de sânge şi încearcă să scape când apare oportunitatea, fie în vise sau în alte feluri. În primele şapte tipuri, bărbatul are satisfacţii mentale.

Aspiranţii nu ar trebui să vorbească despre sex. Ei nu ar trebui să se gândească la femei. Adu imaginea lui Ishta Devata în mintea ta dacă gândul la femei apare. Repetă Mantra viguros.

Privitul lasciv, gânditul la pofte tupeşti, visele ude sunt toate căderi în Brahmacharya. Fii cast în privire. Renunţă la Drishti Dosha sau privirea lascivă. O privire lascivă este ea însăşi o cădere în Brahmacharya. Există descărcare internă. Veerya este separată de sistem.

Priveşte toate femeile ca fiind Mama Kali. Cultivă gânduri sublime, divine. Fă Japa şi meditează regulat. Vei fi stabilit în Brahmacharya.

Brahmacharya fizică şi Brahmacharya mentală

Brahmacharya mentală este mai importantă. Poţi avea succes în Brahmacharya fizică, dar trebuie să ai succes şi în Brahmacharya mentală. Starea minţii în care niciun gând sexual intră în minte este numită Brahmacharya mentală. Dacă gândurile sunt impure, impulsul sexual va fi foarte puternic. Brahmacharya depinde de regularea întregului curs al vieţii.

Când nu poţi controla gândurile pătimaşe, cel puţin controlează trupul fizic. Brahmacharya fizică trebuie practicată strict la început. Controlează trupul când impulsurile sexuale te necăjesc. Puritatea mentală sau Brahmacharya mentală se va manifesta gradat.

Cu siguranţă este mai bine să controlezi Karma Indriyas-urile cel puţin decât să cedezi în faţa plăcerilor senzuale. Gradat gândurile vor fi purificate dacă persişti în Japa şi meditaţie. În final va exista şi controlul direct al minţii.

Un act sexual, un contact sexual, reînvie toate ideile rele şi le dă o nouă forţă. Aşadar, trupul ar trebui controlat la început. Brahmacharya fizică trebuie menţinută la început. Atunci doar vei dobândi puritate mentală şi Brahmacharya mentală.

Poţi fi în stare să opreşti copulaţia pentru luni şi ani, dar nu ar trebui să existe nicio dorinţă sexuală sau atracţie pentru femei. Gândurile rele de asemenea nu ar trebui să apară când priveşti o femeie, când eşti în compania femeilor. Dacă ai succes în această direcţie, atunci eşti stabilit în Brahmacharya perfectă. Ai trecut de zona de pericol.

Gândul este acţiunea reală. O dorinţă rea este echivalentă cu adulterul. Dorinţa este mai mult decât actul. Dar, există o mare diferenţă între a împuşca cu adevărat un om şi gândul de a împuşca un om, între copulaţia actuală şi gândul de a avea contact sexual cu o femeie. Din punct de vedere filosofic, gândul de a împuşca un om sau gândul de a întreţine relaţii sexuale este actul real.

Chiar dacă există un singur gând sexual impur în minte, cu greu te poţi aştepta să ai Brahmacharya mentală strictă. Nu poţi fi numit Cordhvaretas sau cel în care energia seminală curge în sus către creier pentru a fi stocată ca Ojas Sakti. Există o tendinţă pentru spermă de a curge în jos chiar dacă există un singur gând sexual impur.

Starea de Brahmacharya mentală trebuie menţinută chiar în mijlocul tentaţiilor şi bolii. Doar atunci eşti în siguranţă. Simţurile încep să se revotle în timpuri de boală şi de asemenea când vii în contact cu obiecte ale simţurilor.

Dacă gânduri de natură pătimaşă se manifestă în mintea ta, este datorită pasiunii ascunse. Mintea vicleană şi diplomată caută gratificarea tăcută privind o femeie şi vorbind cu ea. Maithunam mentală are loc secret sau inconştient. Forţa care te trage este pasiunea ascunsă. Energia sexuală nu a fost sublimată complet. Corpul vital sau Pranamaya Kosa nu a fost regenerat şi purificat perfect. Acesta este motivul pentru care gândurile impure intră în mintea ta. Fă mai multă Japa şi meditaţie. Fă serviciu lipsit de egoism într-o formă oarecare pentru societate. Vei atinge curând puritatea.

Învaţă să-ţi cureţi mintea cu valul purităţii sau celibatului, cu săpunul dragostei divine. Cum te poţi aştepta să devii pur interior doar spălând trupul cu săpun şi apă? Puritatea interioară este mai importantă decât puritatea exterioară.

Viaţa continuă de Brahmacharya. În asta stă progresul tău spiritual şi realizarea. Nu da acestui duşman nenorocit o nouă forţă de viaţă prin repetarea actului

păcătos. Păstrează mintea ocupată în întregime. Zăbovitul intens asupra obiectelor simţurilor face mai mult rău vieţii spirituale interioare decât gratificarea simţurilor reală. Dacă mintea nu este purificată prin Sadhana, simpla umilire a simţurilor externe nu va produce efectul dorit. Deşi simţurile externe sunt umilite, contrapărţile lor interioare, care sunt încă energetice şi viguroase, se vor răzbuna pe minte şi vor produce necazuri mentale intense şi imaginaţie sălbatică.

Mintea este cea care face cu adevărat toate acţiunile. O dorinţă apare în mintea ta şi atunci gândeşti. Apoi începi să acţionezi. Determinarea minţii este pusă în acţiune. Mai întâi este Sankalpa sau gândul şi apoi vine acţiunea. Aşadar, nu permite gândurilor sexuale să intre în minte.

Niciun spaţiu nu este gol vreodată. Aceasta este legea naturii. Dacă un lucru este luat dintr-un loc imediat un altul vine în locul lui. Aceiaşi lege se aplică şi în cazul lumii mentale. Aşadar, este necesar să întreţii gânduri divine sublime pentru a înlocui gândurile rele. După cum gândeşti, aşa devii. Aceasta este legea psihologică imutabilă. Mintea vicioasă este gradat divinizată prin întreţinerea gândurilor divine.

O plângere obişnuită

Există întotdeauna o plângere printre bărbaţi că ei nu obţin succes în Brahmacharya în ciuda eforturilor lor constante şi practicilor sincere. Ei se alarmează inutil şi se descurajează degeaba. Este o greşeală. Există o înregistrare termometrică în tărâmul spiritual de asemenea. Ea este foarte subtilă. Termometrul spiritual înregistrează sau indică progresele în puritatea mentală chiar în cel mai mic grad. Vrei un Visuddha Buddhi sau intelect pur pentru a înţelege gradul de puritate. Sadhana intensă, Vairagya arzătoare şi Mumukshutva arzătoare sau dorinţa de eliberare aduc cel mai înalt grad de puritate repede.

Chiar dacă cineva repetă Gayatri sau Pranava pentru doar o jumătate de oră, termometrul spiritual înregistrează imediat un mic grad ce Brahmacharya sau puritate. Tu nu

eşti capabil să îţi dai seama de asta din cauza Malina Buddhi sau intelectului impur. Fă Sadhana regulat timp de unul sau doi ani şi apoi compară starea mentală cu cea din anul precedent. Vei găsi cu siguranţă o schimbare vastă. Vei experimenta şi vei simţi mai mult calm, mai multă puritate, mai multă forţă morală interioară sau putere. Nu există niciun dubiu în privinţa asta. Deoarece vechile Saṃskāra vicioase sunt foarte puternice, este necesară o perioadă de timp pentru purificare. Nu trebuie să te descurajezi. Nil disperandum. Nu dispera niciodată. Trebuie să lupţi împotriva Saṃskāras-urilor lui Anadi Kala sau timpului fără început. Aşadar, un efort mare este necesar.

8. GLORIA BRAHMACHARYEI

Nu poate exista nicio limbă fără vocale. Nu poţi desena o pictură fără pânză sau perete. Nu poţi scrie nimic fără hârtie. Tot aşa, nu poţi avea sănătate şi viaţă spirituală fără Brahmacharya. Brahmacharya aduce progres material şi avansare psihică. Ea este baza moralităţii. Ea este baza vieţii eterne. Ea este floare de primăvară care emană imortalitatea din petale. Ea este substratul pentru o viaţă de pace în Atman. Ea este suportul ferm pentru Brahma-Nishtha, care este dorit cu ardoare de înţelepţi, aspiranţi şi studenţi Yoghini. Ea este scutul pentru a duce război împotriva Asuras-urilor interne – pofta, mânia şi lăcomia. Ea serveşte drept poartă către fericirea de dincolo. Ea deschide uşa către Moksha. Ea contribuie la bucurie durabilă, la fericire neîntreruptă şi nepieritoare. Chiar şi Rishi, Deva, Gandharva şi Kinnaras servesc la picioarele unui adevărat Brahmachari. Chiar Isvara îşi pleacă frunte în ţărână la picioarele unui celibatar autentic. Brahmacharya este singura cheie pentru a deschide Sushumna şi a trezi Kundalini.

Ea aduce glorie, faimă, virtute şi Mana-Pratishtha. Cele opt Siddhi şi cele nouă Riddhi se rostogolesc la picioarele unui celibatar autentic. Ele sunt gata pentru a se supune comenzii lui. Domnul Morţii fuge de el. Cine poate descrie mărinimia, maiestatea şi gloria unui

adevărat Brahmachari!

Brahmacharyena Tapasa Deva Mrityumupagnata. Vedele declară că prin Brahmacharya şi penitenţă Devas au cucerit moartea. cum a devenit Hanuman un Mahavir? Cu această armă a Brahmacharya el a dobândit putere de neînvins şi valoare. Marele Bhishma, bunicul lui Pandavas şi Kauravas, a cucerit moartea prin Brahmacharya. Numai Lakshman, Brahmachari-ul ideal, a fost cel care l-a răpus pe Meghanada, omul puterilor inestimabile, cuceritorul celor trei lumi, fiul lui Ravana. Chiar Domnul Rama nu a putut să-i facă faţă. Prin forţa Brahmacharya Lakshman a putut să-l învingă pe invincibilul Meghanada. Valoarea şi măreţia împăratului Prithviraj s-a datorat puterii Brahmacharya. Nu există nimic în cele trei lumi care să nu poată fi atins de un Brahmachari. Rishis din trecut ştiau bine valoarea Brahmacharya şi acesta este motivul pentru care ei au cântat versuri frumoase despre gloria Brahmacharya.

La fel cum uleiul vine în fitil şi arde cu lumină strălucitoare, tot aşa, Veerya sau sperma curge în sus prin practica Sadhana Yoga şi este convertită în Tejas sau Ojas. Brahmachari-ul străluceşte cu aură Brahmică pe faţă. Brahmacharya este lumina strălucitoare care străluceşte în casa trupului omenesc. Ea este floare înflorită a vieţii în jurul căreia albinele puterii, răbdării, cunoaşterii, purităţii şi Dhriti roiesc încoace şi încolo. Cu alte cuvine, cel ce păstrează Brahmacharya va fi înzestrat cu toate calităţile de mai sus. Scripturile declară vehement:

„Ayustejo Balam Veeryam Prajna Sreescha Yashastatha

Punyameha Sat-Priyatvameha Vardhate Brahmacharyaya”.

Prin practica Brahmacharya, logevitatea, gloria, puterea, vigoarea, cunoaşterea, bogăţia, faima nemuritoare, virtuţile şi devoţiunea către adevăr sporesc.

Secretul sănătăţii şi longevităţii

Aerul pur, apa pură, mâncarea întreagă, exerciţiile fizice, jocurile în aer liber, mersul cu paşi sprinteni,

vâslitul, înotul, jocurile uşoare precum tenisul – toate contribuie la menţinerea sănătăţii bune, puterii şi unui standard înalt de vitalitate. Sunt într-adevăr multe căi pentru a câştiga sănătate şi putere. Aceste căi sunt fără îndoială necesităţi indispensabile. Dar, Brahmacharya este cea mai importantă dintre toate. Fără Brahmacharya, toate exerciţiile tale sunt zero. Ea este cheia principală pentru a deschide tărâmurile sănătăţii şi fericirii. Ea este piatra de colţ a edificiului beatitudinii şi fericirii pure. Ea este singurul specific care păstrează adevărata bărbăţie.

Păstrarea spermei este secretul sănătăţii şi longevităţii, şi a tuturor succeselor în planurile fizice, mentale, intelectuale şi spirituale. Cel ce are chiar şi un pic de Brahmacharya va trece peste criza oricărei boli cu uşurinţă. Dacă este necesară o lună pentru un om obişnuit să se recupereze, acest bărbat va fi sănătos într-o săptămână.

Struţis-urile declară viaţa întreagă a omului ca fiind o sută de ani. Aceasta o poţi atinge numai prin stabilirea în Brahmacharya. Sunt cazuri de oameni care au atins longevitate şi puteri intelectuale în ciuda căilor lor neglijente, imorale. Dar ei ar fi fost şi mai puternici şi brilianţi dacă ar fi posedat un caracter bun şi continenţă de asemenea.

După ce Dhanvantari şi-a învăţat discipolii toate detaliile despre Āyurveda, ai au întrebat despre nota cheie a acestei ştiinţe medicale. Maestrul a răspuns, „Vă spun că Brahmacharya este cu adevărat o bijuterie preţioasă. Ea este una dintre cele mai eficiente medicamente – nectar într-adevăr – care distruge boala, putreziciunea şi moartea. Pentru a dobândi pace, memorie, cunoaştere, sănătate şi realizare de Sine, o persoană ar trebui să păstreze Brahmacharya, care este cea mai înaltă Dharma. Brahmacharya este cea mai înaltă cunoaştere; Brahmacharya este cea mai înaltă putere. De natura Brahmacharyei cu adevărat este acest Atman şi în Brahmacharya El rezidă. Salutând Brahmacharya mai întâi, cazurile imposibil de vindecat, le vindec. Aye,

Brahmacharya poate anula toate semnele nefavorabile".

Practica Brahmacharya oferă sănătate bună, forţă interioară, pace minţii şi viaţă lungă. Ea învigorează mintea şi nervii. Ea ajută la conservarea energiei fizice şi mentale. Ea ameliorează memoria, forţa voinţei şi puterea creierului. Ea înzestrează cu putere uluitoare, vigoare şi vitalitate. Puterea şi curajul sunt obţinute.

Ochiul este fereastra minţii. Dacă mintea este pură şi calmă, ochiul de asemenea este calm şi liniştit. Cel ce este stabilit în Brahmacharya va avea ochi strălucitori, o voce dulce şi un aspect frumos.

Celibatul promovează concentrarea

Prin stabilitatea continenţei, vigoarea este obţinută. Yoghinul obţine Siddhi sau perfecţiune atingând Brahmacharya mentală şi fizică perfectă. Brahmacharya îl ajută să câştige cunoaştere divină şi alte Siddhi. Când există puritate, razele minţii nu sunt disipate. Concentrarea minţii devine uşoară. Concentrarea şi puritatea merg împreună. Deşi un înţelept spune doar câteva cuvinte, o impresie profundă este produsă în minţile ascultătorilor. Aceasta se datorează lui Ojas Sakti, care este conservată prin păstrarea spermei şi transmutării ei.

Un adevărat Brahmachari în gând, cuvânt şi faptă are o putere a gândului minunată. El poate muta lumea. Dacă dezvolţi celibatul strict, Vichara Sakti şi Dharana Sakti se vor dezvolta. Vichara Sakti este puterea de introspecţie. Dharana Sakti este puterea de a înţelege şi de a reţine Adevărul. Dacă un om refuză cu insistenţă să cedeze naturii sale joase şi rămâne celibat strict, energia seminală este deviată în sus către creier şi stocată ca Ojas Sakti. Aşadar puterea intelectului este intensificată într-un grad remarcabil. Intelectul devine ascuţit şi clar prin continenţă. Continenţa măreşte infinit puterea de reţinere a memoriei. Celibatarul strict are o memorie ascuţită şi acută chiar şi la bătrâneţe.

Un om care are puterea Brahmacharyei poate depune o muncă mentală, fizică şi intelectuală imensă. El

are o aură magnetică în jurul feţei. El poate influenţa oamenii rostind doar câteva cuvinte sau doar prin prezenţa lui. El poate controla mânia şi mişca întreaga lume. Priveşte-l pe Mahatma Gandhi! El a dobândit această putere prin practica atentă şi constantă a lui Ahimsa, Satyam şi Brahmacharya – non-violenţa, adevărul şi celibatul. El a influenţat lumea doar prin această putere. Prin Brahmacharya şi numai prin Brahmacharya poţi obţine în viaţă progrese fizice, mentale şi spirituale.

E bine să repetăm că un adevărat Brahmachari posedă energie uluitoare, un creier clar, o voinţă gigantică, înţelegere curajoasă, memorie bună şi o bună Vichara Sakti. Swami Dayananda a oprit carnagiul unui Maharaja. El a rupt sabia cu mâinile. Aceasta a fost din cauza puterii lui Brahameharya. Iisus, Sankara, Juana Deva şi Samarth Ramdas au fost toţi Brahmacharini.

Ai realizat, dragul meu prieten, importanţa Brahmacharyei? Aţi recunoscut, dragii mei fraţi, adevărata semnificaţie şi gloria Brahmacharyei? Cum te poţi aştepta să fii puternic şi sănătos dacă energia care este acumulată prin diverse mijloace cu mare dificultate şi la un mare preţ este irosită zilnic? Este imposibil să fie puternici şi sănătoşi dacă bărbaţii şi femeile, băieţii şi fetele, nu încearcă cu toate puterile să păstreze jurământul Brahmacharyei.

Chiar şi între electroni, sunt electroni celibatari şi electroni căsătoriţi. Electronii căsătoriţi se manifestă în perechi. Electronii burlaci există singuri. Numai aceşti electroni celibatari crează forţă magnetică. Puterea Brahmacharyei se poate vedea şi în electroni de asemenea. Prietene, vei învăţa vreo lecţie de la aceşti electroni? Vei practica Brahmacharya şi vei dezvolta forţă şi putere spirituală? Natura este cel mai bun învăţător şi ghid spiritual.

Prin Brahmacharya treci peste mizeriile vieţii lumeşti şi dobândeşti sănătate, putere, pace a minţii, trăinicie, curaj, progres material, avansare psihică şi imortalitate. Cel ce are control perfect asupra energiei sexuale atinge

puteri de neobţinut prin niciun alt mijloc. Aşadar, nu disipa această energie în plăceri senzuale. Conservă energia. Fă acte nobile şi practică meditaţia. În curând vei deveni superman. Vei comunica cu Dumnezeu şi vei atinge Divinitatea.

9. IMPORTANŢA CELIBATULUI ÎN VIAŢA SPIRITUALĂ

Brahmacharya este un cuvânt divin. El este suma şi substanţa Yoga. Prin Avidya, acest lucru este uitat. Importanţa Brahmacharyei a fost subliniată de marii noştri Rishis. Este Yoga supremă, pe care Domnul Krishna o accentuează în „Cântecul Lui Nemuritor”. În Capitolul VI, Sloka 14, este foarte clar declarat că jurământul Brahmacharya este necesar pentru meditaţie: Brahmacharivrate Sthitah. În Capitolul XVII, Sloka 14, El spune că Brahmacharya este una din necesităţile pentru austeritatea trupului. Acum, avem o altă declaraţie făcută în Capitolul VIII, Sloka 11, că Yoghinii practică Brahmacharya pentru a atinge ţelul spus de Cunoscătorii Vedelor. O declaraţie similară este găsită de asemenea în Kathopanishad.

În Raja Yoga a lui Patañjali Maharshi de asemenea, Yama este primul pas. Yama este practica lui Ahimsa, Satya, Asteya, Brahmacharya şi Aparigraha – nonviolenţa, adăvărul, să nu furi, celibatul şi neacceptarea darurilor. Dintre acestea Brahmacharya este cea mai importantă. În Juana Yoga de asemenea, Dama sau controlul de sine este fundaţia pentru student.

În Mahābhārata din nou vei găsi, în Santi Parva: „Multe sunt ramurile Dharma-ei, dar Dama este baza tuturor”.

Brahmacharya este subiectul vital pentru cei care vor succes în viaţa materială sau spirituală. Fără ea, un om este absolut nepotrivit pentru activităţi lumeşti la fel ca şi pentru practici spirituale.

Celibatul în diferite ordine religioase

De-a lungul vremurilor, cel mai înalt accent a fost pus pe Brahmacharya sau abstinenţă sexuală în fiecare religie.

Prin tot folclorul circulă ideea că a doua privire sau viziune a supranaturalului este în special, dacă nu în exclusivitate, privilegiul celibatarilor. Westermack favorizează explicaţia că poluţia distruge sfinţenia. Un trib din Rio Negro se bucura de celibatul Şamanilor lor, deoarece ei credeau că medicamentele se vor dovedi ineficiente dacă sunt administrate de un om căsătorit.

Lambichus susţine că zeii nu îl aud pe cel care îi invocă dacă este impur din cauza legăturilor sexuale. În Islam, continenţa strictă este necesară pentru un pelerinaj la Meca. Este necesară pentru congregaţia Evreilor în timpul manifestării Divinităţii la Sinai şi înainte de a intra în templu. În vechea Indie, Egipt şi Grecia era obligatorie regula ca cel ce venerează să se abţină de la relaţii intime în timpul şi înainte de venerare. În Creştinism, continenţa a fost necesară ca o pregătire pentru botez şi Euharistie.

Cel mai înalt tip de Creştin era celibatar. Învăţătorii creştini preţuiau celibatul şi căsătoria era, în ochii lor, doar a doua pentru cei care nu erau în stare să servească continenţa. Episcopii Bisericii Greceiei erau întotdeauna celibatari, fiind aleşi dintre călugări.

Călugărul, care se coboară la atingerea unei femei cu gânduri corupte, în timp ce îi ţine mâinile sau părul sau atinge orice parte a trupului, aduce ruşine şi degradare ordinului. Jurământul hirotonisirii prezente este să se abţină de la toate relaţiile sexuale atâta timp cât va trăi.

Jainiştii îşi forţează înţelepţii să respecte regula de a se abţine de la toate relaţiile sexuale; să nu discute chestiuni în legătură cu femeile, să nu contempleze forme de femei. Pofta este astfel condamnată: „Dintre multitudinea de vicii, pofta trupească este cea mai rea”.

Există şi alte reguli subsidiare acesteia, interzicând toate acţiunile de orice fel care nu sunt caste, în special orice act sau cuvânt care poate conduce la nerespectarea regulii principale sau dă naştere la o impresie care nu poate fi strict respectată.

Un Bikshu nu are voie să doarmă în orice loc unde o femeie este prezentă sau să predice doctrina sacră în mai

mult de cinci sau şase cuvinte unei femei dacă nu este prezent un alt adult, sau să dea sfaturi surorilor dacă nu este delegat special pentru a face asta, sau să călătorească de-a lungul aceluiaşi drum cu o femeie. Când îi vine rândul la pomană, trebuie să fie îmbrăcat corespunzător şi să meargă cu privirea plecată. El nu trebuie să accepte o robă de la nicio femeie care nu este înrudită cu el, în afara condiţiilor specificate.

El nu va sta într-un loc izolat cu o femeie, şi cu atât mai mult nu o va atinge şi nici nu va vorbi cu ea cu intenţii impure.

„Ordinul Cerşetorilor" înfiinţat de Budişti era guvernat de 227 de reguli ale Patimokha.

Dintre acestea, primele patru erau de o gravitate însemnată. Nerespectarea uneia dintre aceste patru reguli impunea expulzarea din ordin; şi erau, aşadar, numite Parajika sau reguli ale actelor care însemnau înfrângerea.

Prima regulă spune: „Oricare Bhikshu – care a luat asupra sa sistemul antrenamentului de sine şi regula vieţii, şi nu s-a retras de la antrenament sau nu şi-a declarat incapacitatea de a păstra regula – care va avea cunoaştere carnală a oricărui lucru viu, chiar şi cu un animat, a căzut înfrânt, şi el nu mai este în comuniune". „Retragere de la antrenament" era o expresie tehnică pentru aruncarea robelor, retragerea din ordin, şi reîntoarcerea în lume, un pas pe care orice membru al ordinului era liber să-l facă în orice moment.

Despre Numa s-a spus că a înfiinţat „Ordinul Călugăriţelor Fecioare". Ele rămâneau nemăritate timp de treizeci de ani. Îngroparea de vie era pedeapsa pentru nerespectarea jurământului de castitate. Virginele erau distinse printr-o extraordinară influenţă şi demnitate personală. Ele erau tratate cu semne de respect acordate de obicei membrilor casei regale; astfel, pe străzi, ele erau precedate de un lictor şi cei mai înalţi magistraţi le făceau loc. Ele se bucurau uneori de privilegiul excepţional de a călători într-o trăsură; la jocurile publice, un loc de onoare le era oferit. Şi după moarte ele, precum împăraţilor, li se

permitea să fie îngropate în oraş, deoarece erau deasupra legii. Ele se bucurau de principiul regal al milei, pentru că dacă întâlneau un criminal pe drumul către execuţie, viaţa acestuia era salvată.

În marea colonie de Tibetani la Darjeeling, mai multe sute de bărbaţi care făceau muncile de jos sunt foşti-lama care au fugit din Tibet, cu iubitele lor sau singuri, pentru a scăpa de pedepsele severe pentru nerespectarea celibatului. Delincventul este denunţat, şi dacă este prins, devine subiectul pedepselor corporale în public, precum şi o amendă grea şi expulzarea din ordin în dizgraţie.

„Virginii Soarelui" peruvieni – un tip de preoţi – erau pedepsiţi cu îngroparea de vii dacă erau prinşi greşind

Brahmacharya – fundamentul vieţii spirituale

Brahmacharya este sine qua non pentru viaţa spirituală. Este un mare deziderat. Este de importanţă vitală. Fără Brahmacharya perfectă, nu poţi avea progres spiritual substanţial. Abstinenţa sau continenţa este piatra de colţ pe care stă piedestalul Moksha. Dacă piatra de colţ nu este foarte puternică, superstructura se va prăbuşi când apar ploi grele. Tot aşa, dacă nu eşti stabilit în Brahmacharya, dacă mintea este agitată de gânduri rele, vei cădea. Nu poţi atinge vârful scării în Yoga sau cea mai înaltă Nirvikalpa Samādhi.

Nu poţi spera să ai realizarea de Sine sau Cunoaşterea de Sine dacă nu eşti stabilit în Brahmacharya. Brahmacharya este cheia principală pentru a deschide tărâmurile fericirii eterne. Brahmacharya este chiar fundaţia Yoga. La fel cum o casă care este construită pe o fundaţie putredă se va surpa cu siguranţă, tot aşa, tu vei cădea din meditaţie dacă nu ai aşezat fundaţia corespunzătoare, adică, atingerea Brahmacharyei perfecte. Poţi medita pentru o perioadă de doisprezece ani, şi totuşi, nu vei avea succes în Samādhi dacă nu ai distrus pofta subtilă sau sămânţa dorinţei care rămâne în locurile cele mai ascunse din inima ta.

Brahmacharya este baza pentru atingerea Kaya Siddhi. Celibatul complet trebuie să fie menţinut. Aceasta

este de importanţă capitală. Prin practica Yoga sperma este transmutată în Ojas Sakti. Yoghinul va avea un corp perfect. Va exista şarm şi graţie în mişcările lui. El poate trăi atâta timp cât doreşte. Aceasta este cunoscută de asemenea ca Iccha Mritya sau moarte la voinţă.

Practica Brahmacharya este cea mai importantă calificare pentru aspirantul spiritual, indiferent ce cale a ales – Karma Yoga, Upasana, Raja Yoga, Hatha Yoga sau Vedanta. Disciplina abstinenţei complete este cerută de la toţi aspiranţii. Numai un adevărat Brahmachari poate cultiva Bhakti. Numai un adevărat Brahmachari poate practica Yoga. Numai un adevărat Brahmachari poate dobândi Juana. Fără Brahmacharia, nu este posibil niciun progres spiritual.

Pofta trupească este o lovitură mortală pentru calibrul spiritual al omului. Nu este posibil pentru tine să intri pe calea spirituală care duce la uniunea cu Dumnezeu atâta timp cât nu controlezi pofta trupească şi nu eşti stabilit în Brahmacharya. Atâta timp cât pofta trupească îţi miroase frumos în nări, nu poţi dezvolta în minte gânduri sublime, divine. Acel om în care ideea de sex este adânc înrădăcinată nu poate visa să înţeleagă Vedanta şi să realizeze Brahman nici măcar într-o Sata Koti Janma, chiar într-o sută de reîncarnări. Adevărul nu poate locui unde trăieşte pasiunea.

Indulgenţa sexuală este un mare obstacol pe calea spirituală. Ea împiedică practicile spirituale în totalitate. Dorinţa sexuală trebuie să fie controlată prin gânduri sublime şi meditaţie. Trebuie să aibă loc o sublimare completă a energiei sexuale. Numai atunci aspirantul este absolut sigur. Anihilarea totală a dorinţei sexuale este idealul spiritual ultim.

Atracţia sexuală, gândurile sexuale şi dorinţa sexuală sunt cele trei mari obstacole pe calea realizării lui Dumnezeu. Chiar dacă dorinţa sexuală dispare, atracţia sexuală rămâne pentru un timp lung şi necăjeşte aspirantul. Atracţia sexuală este foarte, foarte puternică. Atracţia sexuală leagă un om de această lume. Fiecare

celulă din trupul unui bărbat sau al unei femei este supraîncărcată cu elementul sexual. Mintea şi simţurile sunt pline cu suc sexual. El găseşte plăcere în compania unei femei. Femeia de asemenea nu poate sta fără să se uite la un bărbat, fără să vorbească cu el. Ea găseşte plăcere în compania unui bărbat.

Acesta este motivul pentru care el sau ea găseşte că este extrem de dificil de anihilat atracţia sexuală. Atracţia sexuală nu poate fi distrusă fără graţia lui Dumnezeu. Niciun efort uman nu poate eradica în totalitate această forţă puternică a atracţiei sexuale.

Organul de vedere face un mare rău. Distruge privirea adulteră, adulterul ochiului.

Încearcă să vezi pe Dumnezeu în toate feţele. Iar şi iar generează curenţi de linişte, discriminare şi cercetare. În final vei fi stabilit în Brahman sau în Etern. Iar şi iar generează gânduri divine sublime şi măreşte perioada de Japa şi meditaţie. Gândul sexual va fi anihilat.

La ce foloseşte cunoaşterea artelor şi ştiinţelor, la fe foloseşte reputaţia sau titlurile, la ce foloseşte repetarea Numelui Domnului sau cercetarea „Cine sunt eu?”, dacă devii un sclav al poftei? Controlează mai întâi această dorinţă puternică prin penitenţe riguroase. Înainte să treci la meditaţia avansată, fii cel puţin un celibatar strict din punct de vedere fizic. Apoi străduieşte-te să atingi perfecţiunea în ceea ce priveşte castitatea mentală.

Prinţe voi toţi poate că este ascuns un Shakespeare sau un Kālidāsa, un Wordsworth ascund sau un Valmiki, un potenţial sfânt, un St. Xavier, un Akhanda Brahmachari precum Bhishma Pitamaha, un Hanuman sau un Lakshman, un Visvamitra sau un Vasishtha, un mare om de ştiinţă precum Dr. J.C. Bose sau Rămân, un yoghin precum Juana Deva sau Gorakhnath, un filosof precum Sankara sau Ramanuja, un Bhakta precum Tulsidas, Ramdas sau Eknath.

Trezeşte-ţi, atunci, facultăţile ascunse, energiile potenţiale ale tuturor descrieirilor, prin Brahmacharya şi atinge conştiinţa lui Dumnezeu repede şi treci peste

mizeriile acestei vieţi pământeşti cu tot ceea ce o însoţeşte prin naştere, moarte şi durere.

Binecuvântat este Brahmachari care a depus jurământul celibatului până la sfârşitul vieţii. De două ori binecuvântat este acel Brahmachari care sincer se luptă să distrugă pofta trupească şi să atingă puritatea perfectă. De trei ori binecuvântat este acel Brahmachari care a eliminat complet poftat trupească şi a atins realizarea de Sine.

Gloria să fie a acestui Brahmachari exalta! Ei sunt veitabili zei pe pământ. Fieca ca binecuvântările lor să fie asupra tuturor.

10. BRAHMACHARYA PENTRU FAMILIŞTI

Este dincolo de orice dubiu că o viaţă de Brahmacharya este glorioasă şi minunată. În acelaşi timp, o viaţă de moderaţie în familie este la fel de bună şi ajutătoare pentru creşterea spirituală. Ambele au avantaje. Trebuie să ai o mare tărie să mergi pe oricare din aceste căi.

Varnashrama Dharma este practic inexistentă acum. Toţi sunt un Vaisya sau un Bania cu lăcomie pentru acumularea de bogăţii prin orice mijloace, prin cerşit, împrumut sau furt.

Aproape toţi Brahminii şi Kshatriyaşii sunt doar Bania sau Vaisyas. Nu mai există niciun Brahmin adevărat sau un Kshatriya în aceste zile. Ei vor bani oricum. Ei nu încearcă să practice Dharma castei lor sau ordinea vieţii. Aceasta este cauza fundamentală pentru căderea omului. Dacă un familist se achită de toate sarcinile pentru fiecare stagiu al vieţii, dacă el este un Grihasthi ideal, nu mai este necesar să treacă la Sannyasa. Numărul în creştere de Sannyasini în aceste momente se datorează eşecului familiştilor de a-şi îndeplini îndatoririle. Viaţa unui familist ideal este la fel de dificilă şi de rigidă ca unui Sannyasin ideal. Pravritti Marga sau calea Karma Yoga este la fel de dificilă şi rigidă ca cea de Nivritti Marga sau calea renunţării.

Dacă un bărbat duce o viaţă de celibat chiar şi în viaţa de familist şi are relaţii sexuale ocazional doar pentru

a face copii, el poate aduce pe lume copii sănătoşi, inteligenţi, puternici, frumoşti şi dispuşi la sacrificii de sine. Asceţii şi savanţii Indiei străvechi, când se căsătoreau, urmau această regulă excelentă foarte atent şi de asemeni obişnuiau să înveţe, prin practică şi precepte, cum să ducă o viaţă de Brahmachari chiar şi ca familist. Strămoşii noştri într-adevăr urmau asceţii în crearea de copii pentru apărarea pământului natal şi pentru alte acte care înnobilau naţiunea. Cei care au citit Stimad Bhagavata ştiu despre vieţile lui Devahuti, fiica lui Manu, şi soţul ei Kardama Rishi. Kapila Muni, fondatorul filosofiei Sankhya, a fost născut de Devahuti după ce Kardama Rishi a vizitat-o o singură dată pentru a-i dărui un fiu. Prasara a vizitat-o pe Matsyagandhi pentru a-l naşte pe Sri Vyasa, fondatorul filosofiei Vedanta.

Marii Rishi din trecut erau căsătoriţi, dar ei nu duceau o viaţă de pasiune şi pofte trupeşti. Viaţa lor de Grihasthashram era o viaţă numai pentru Dharma. Dacă nu este posibil pentru tine să-i copiezi literă cu literă, va trebui să păstrezi vieţile lor ca repere, ca un ideal pe care să încerci să-l emulezi, şi trebuie să păşeşti pe calea Adevărului. Grihasthashram nu este o viaţă de de pofte trupeşti şi trai destrăbălat. Este o viaţă de serviciu lipsit de egoism, de Dharma pură şi simplă, de caritate, bunătate, blândeţe, ajutor de sine, şi tot ceea ce este bun şi tot ceea ce este de ajutor pentru umanitate. Dacă poţi trăi o asemenea viaţă, viaţa lui Grihasthi este la fel de bună ca viaţa unui Sannyasin.

Ce este Brahmacharya în viaţa de familist?

E bine să duci o viaţă regulată, moderata în cazul căsătoriei. Chiar şi ca familist poţi fi un Brahmachari, trăind după principiile lui Grihastha Dharma, prin moderaţie şi venerare regulată a lui Dumnezeu. Căsătoria nu ar trebui în niciun fel să te conducă în jos pe calea spirituală. Trebuie să păstrezi focul spiritual aprins tot timpul. Trebuie să-ţi faci soţia să înţeleagă adevărata glorie a vieţii spirituale. Dacă ambii respectă Brahmacharya pentru o perioadă şi apoi evită excesele,

soţia va da naştere unor copii robuşti care vor fi mândria ţării. Energia conservată poate fi folosită pentru scopuri spirituale înalte. Prevenirea maternităţii frecvente va păstra sănătatea soţiei de asemenea.

Brahmacharya în Grihasthashrama este moderaţia absolută în relaţiile sexuale. Familiştilor le este permis să-şi viziteze soţia odată pe lună la timpul potrivit fără ideea de satisfacere sexuală doar pentru a face copii şi a menţine linia. Aceasta este de asemenea Brahmacharya Vrata. Ei sunt de asemenea Brahmachari.

Familiştii ar trebui să ceară soţiilor să ţină post şi să facă Japa, să mediteze şi celelalte practici, care le va permite să păstreze Brahmacharya Vrata. Ei ar trebui să-şi antreneze soţiile în studiul Gita, Upanişadelor, Bhagavata-ei şi Rāmāyana-ei şi în regularea dietei.

Dacă vrei să practici Brahmacharya, gândgeşte-te că soţia ta este sora ta. Distruge ideea de soţ şi soţie şi dezvoltă ideea de frate şi soră. Amândoi veţi dezvolta o dragoste pură şi puternică, deoarece impuritatea şi pofta for fi eliminate. Discută întotdeauna cu soţia ta chestiuni spirituale. Povesteşte-i fragmente din Mahābhārata, Bhagavata. Stai cu ea de sărbători şi citeşte cărţi religioase. Gradual mintea ei se va schimba. Ea va începe să se intereseze de practicile spirituale. Pune asta în practică dacă vrei să scapi de mizeriile Samsarei şi să te bucuri de fericirea eternă a Sufletului.

Tinerii de astăzi imită vesticii luându-şi cu ei nevestele când ies la plimbare. Această practică crează un obicei puternic în bărbaţi de a fi în compania femeilor tot timpul. Puţină despărţire aduce o mare durere şi suferinţă. Mulţi au un şoc atunci când îşi pierd nevestele. Mai mult, devine foarte dificil pentru ei să depună jurământul celibatului chiar şi pentru o lună. Săracii de ei! Sunt falimentari din punct de vedere spiritual! Încercaţi să fiţi cât mai departe de parteneri posibil. Vorbiţi puţin cu ei. Fiţi serioşi. Nu râdeţi şi nu glumiţi cu ei. Ieşiţi la o plimbare seara. Ce făceau părinţii voştri înţelepţi? Asimilaţi din Vest numai ce este bun. Imitaţia

dezgustătoare în modă, stil, rochii şi mâncare este periculoasă.

Când soţia devine mamă

Imediat ce ţi s-a născut un fiu, soţia ta devine mama ta, deoarece tu însuţi eşti născut ca fiu. Un fiu nu este altceva decât energia tatălui. Schimbă-ţi atitudinea mentală. Serveşte-ţi soţia ca Mamă a Lumii. Începe Sadhana spirituală. Distruge pasiunea. În fiecare dimineaţă, imediat ce te dai jos din pat, atinge picioarele soţiei tale şi înclinăte în faţa ei considerând-o ca fiind Kali sau Mama Lumii. Nu te ruşina. Această practică va elimina ideea de soţie din mintea ta. Dacă nu poţi să te înclini fizic, cel puţin fă-o mental.

Imediat ce se naşte un copil, omul trebuie să renunţe la pofta trupească. El trebuie să păstreze celibatul. El trebuie să-şi trateze soţia ca fiind propria lui mamă. Când odată este adus în minte aceste gând, cum poate el, chiar dacă moare copilul, să-şi schimbe perspectiva mentală şi să privească la soţia lui cu poftă? Aceasta este o mare Sadhana pentru familişti. Dacă un copil nu se naşte, nu este recomandată o nouă căsătorie cu o altă soţie. Ambii soţ şi soţie pot atunci să urmărească împreună calea spirituală, păstrând celibatul.

O viaţă de parteneriat spiritual

Manu spune: „Primul copil născut este născut din Dharma iar restul din Kama sau poftă trupească. Actul sexual doar pentru simpla plăcere nu se justifică”. Aspiranţii însetaţi care păşesc pe calea realizării de Sine, care sunt familişti peste patruzeci de ani, ar trebui să renunţe la contactul cu partenerele lor de viaţă. Deoarece, un act sexual reînvie toate ideile rele şi le dă un nou avânt de viaţă. Mariajul ar trebui acum să fie considerat o alianţă sfântă a doua suflete împuternicită de Dumnezeu pentru divinizarea naturii lor şi pentru realizarea ţelului vieţii – realizarea lui Dumnezeu – printr-o viaţă bine ordonată de Dharmic Grihastha. Soţul şi soţia ar trebui, de acum înainte, să păstreze celibatul fizic perfect, dacă vor progres spiritual rapid şi realizare de Sine în această naştere. Nu

există jumătăţi de măsură pe calea spirituală.

Eşti un familist de peste patruzeci de ani? Atunci, trebuie să devii un Brahmachari perfect acum. Soţia ta de asemenea trebuie să postească în timpul Ekadasi, Nu spune acum, „Swamiji, ce pot să fac? Sunt familist”. Aceasta este o scuză patetică. Cât de mult timp vrei să rămâi ca un familist pasionat? Până la sfârşitul vieţii? Nu mai există o altă misiune mai nobilă în viaţă decât să mănânci, să dormi şi să procreezi? Nu vrei să te bucuri de fericirea eternă a Sinelui? Ai gustat destul din plăcerile lumeşti. Ai trecut de stadiul de familist. Te pot scuza dacă eşti un bărbat tânăr, dar nu acum. Acum pregăteşte-te pentru stadiul lui Vanaprastha şi Sannyasa mentală în timp ce rămâi în lume. Colorează-ţi inima mai întâi. Aceasta va fi o viaţă nobilă într-adevăr. Pregăteşte-te. Disciplinează-ţi mintea. Sannyasa adevărată este non-ataşamentul mental. Sannyasa reală este distrugerea Vasanas-urilor, „Eului”, „Mea-ului”, egoismului şi pasiunii pentru copii, trup, soţie şi proprietate.

Nu este nevoie să te retragi în peşterile din Himalaya. Atinge starea minţii descrisă mai sus. Trăieşte în lume cu familia şi copii în pace şi bogăţie. Fii în lume, dar în afara lumii. Renunţă la ceea ce este lumesc. Aceasta este Sannyasa reală. Aceasta este ceea ce vreau. Atunci vei deveni un Rege al regilor. Strig cât pot de tare de mulţi ani, dar numai puţine persoane urmează învăţăturile mele.

O soţie bună, o bijuterie preţioasă, este materializarea graţiei infinite a Lui Dumnezeu pentru cel care traversează Pravritti Marga. Armonia în fiecare aspect al vieţii este un cadou rar de la Dumnezeu pentru un cuplu. Fiecare partener ar trebui să fie pentru celălalt un adevărat însoţitor în adevăratul sens al cuvântului.

Grihastha Ashrama este un nivel sigur pe scara evoluţiei către Divinitate. Urmează legile scripturii şi bucură-te de fericirea infinită. Adevărata uniune poate fi stabilită pe baze spirituale. Amândoi trebuie să aspiraţi să realizaţi ţelul comun al vieţii – realizarea lui Dumnezeu. Când cuplurile care trăiesc în jurul vostru concurează unul

cu celălalt în materialism, şi în capacitatea lor individuală, se trag în jos unul pe celălalt, ambii ar trebui să concuraţi unul cu celălalt în avansarea rapidă în Sadhana spirituală. Ce competiţie nouă! Ce binecuvântare este să ai un asemenea competitor ca partener de viaţă!

11. FEMEILE ŞI BRAHMACHARYA

Un aspirant scrie: „Aş dori să ştiu dacă aceiaşi teorie în ceea ce priveşte formarea Veerya şi pierderea ei este valabilă şi în cazul femeilor. Sunt ele afectate la fel de mult ca şi bărbaţii?" Întrebarea este una importantă şi pertinentă. Da, indulgenţa în actul sexual este istovitoare pentru sistemul feminin şi scade vitalitatea la fel ca şi în cazul bărbatului. Epuizarea nervoasă la care sistemul este supus este foarte mare într-adevăr.

Gonadele femeii, ovarele corerspunzând testiculelor în bărbaţi, produc, dezvoltă şi maturizează forţă preţioasă, vitală precum sperma. Aceasta este ovulul. Deşi femeia nu îl pierde în afara corpului, ca în cazul spermei la bărbat, însă, din cauza actului sexual, el părăseşte ovarele şi intră în concepţia embrionului.

Şi este cunoscut foarte bine ce istovitoare şi obositoare este o sarcină pentru o femeie. Descărcarea repetată a acestei forţe şi epuizarea naşterii transformă femeile sănătoase în epave, şi distrug tăria, frumuseţea şi graţia lor la fel ca şi tinereţea şi puterea mentală. Ochii îşi pierd strălucirea care reprezintă un indiciu a forţei lor interioare.

Excitarea senzuală intensă în timpul actului zguduie sistemul nervos şi cauzează debilitate de asemenea. Sistemul lor fiind mai delict şi acordat mai înalt, femeile sunt adesea mai afectate decât bărbaţii.

Femeile ar trebui să îşi păstreze forţa lor vitală preţioasă. Ovului şi hormonii secretaţi de ovare sunt foarte esenţiali pentru bunăstarea fizică şi mentală maximă a femeii.

Femeile de asemenea ar trebui să depună jurământul celibatului. Ele de asemenea pot rămâne ca Naishthic Brahmacharini precum Mirabai şi se pot devota serviciului

şi devoţiunii lui Dumnezeu. Sau ele pot face Brahma-Vichara precum Gargi şi Sulabha. Ele vor fi numite Brahma-Vicharini, cercetătoare a lui Brahman, dacă adoptă această cale.

Grihastha-Dharminis sau femeile cu familie ar trebui să păstreze Pativrata-Dharma sau jurământul castităţii şi ar trebui să păstreze Savitri, Anasuya ca un ideal către care să tindă. Ele ar trebui să îl vadă pe Krishna în soţul lor şi să i-L realizeze pe Dumnezeu, precum Laila în Majnu. Ele de asemenea pot să practice Kriya-suri precum Asana şi Prāṇāyāma. Ele ar trebui să facă Sankirtan intens, Japa şi rugăciunea zilnică în casele lor. Prin Bhakti, ele pot distruge pasiunea uşor, deoarece prin natura lor ele sunt devoţionale.

Multe femei din trecut au făcut fapte miraculoase şi au arătat lumii puterea castităţii. Nalayini, prin puterea castităţii, a oprit răsăritul soarelui pentru a salva viaţa soţului ei. Anasuya a transformat pe Trimurtis – Brahma, Vishnu şi Mahesvara – în bebeluşi când aceştia au vrut Nirvāṇa Bhiksha. Numai datorită puterii castităţii ea a putut să transforme marile zeităţi în bebeluşi. Savitri l-a adus înapoi la viaţă pe Satyavan, soţul ei, din capcana lui Yama, prin castitatea ei. Aceasta este puterea castităţii sau Brahmacharya. Femeile care duc o viaţă de familie ideală cu castitate pot de asemenea să devină ca Anasuya, Nalayini sau Savitri.

Brahmacharini – vechi şi moderni

În vremurile de demult, existau Brahmacharini în India. Ei erau Brahmavadini; ei ţineau discursuri despre Brahman. Ei nu doreau să ducă o viaţă de Grihastha-Dharminis devotaţi îndatoririlor de familie. Ei serveau Rishi şi înţelepţii în ermitajele lor şi făceau Brahma-Vichara sau cercetarea în privinţa lui Brahman. Regele Janasruti şi-a plasat fiica în serviciul lui Rishi Raikva. Vei găsi asta în Chhandogya Upanishad.

Sulabha a fost o femeie foarte învăţată. Ea s-a născut într-o familie regală. Era era o Brahmacharini. Ea a fost instruită în religie şi emancipare. Ea a urmat practica

ascetică. Ea fost fermă în practici care aparţineau modului de viaţă pe care îl ducea. Era fermă în jurăminte. Niciodată nu a rostit un cuvânt fără să reflecteze la proprietăţile lui. Era o Yoghină. Ea a dus o viaţă de Sannyasin. A apărut în faţa lui Janaka la curtea acestuia şi a avut o mare dezbatere cu el despre Brahma-Vidya sau Ştiinţa Sinelui.

Gargi a fost de asemeni Brahmacharini. Ea a fost de asemenea o femeie foarte cultivată. Ea a avut o discuţie lungă cu Yajnavalkya despre Brahma-Vidya. Dialogul dintre ei apare în Brihadaranyaka Upanishad.

În Europa de asemenea au fost multe femei care erau celibate şi care şi-au dedicat vieţile în întregime austerităţilor severe, rugăciunii şi meditaţiei. Ele au avut ermitajele lor. În India chiar şi în acest moment, sunt femei educate care duc o viaţă de Brahmacharinis.

Ele nu doresc să se mărite. Aceasta se datorează forţei Saṃskāras-urilor bună din naşterile precedente. Ele dau educaţie fetelor în şcoală. Ele studiază cărţi religioase şi practică meditaţia dimineaţa şi seara. Ele fac Kirtan. Ele ţin un jurnal spiritual zilnic. Conduc clase de Satsanga şi Kirtan printre femei. Ele antrenează fete în practica Asana şi Prāṇāyāma. Ele dau discursuri despre Gita şi Upanishade. Ţin lecturi despre subiecte religioase în Engleză, Sanscrită şi Hindi. În timpul sărbătorilor şi la ocaziile importante, ele ţin conferinţe religioase pentru femei pe o scară largă pentru trezirea spirituală a maselor.

Uneori ele vizitează satele învecinate şi distribuie medicamente gratis pentru săraci. Cunosc măsurile de prim-ajutor, homeopatie, alopatie şi sistemul biochimic al medicinii. Ele sunt antrenate în îngirjirea bolnavilor. Există o foarte educată Brahmacharini, care este versată în Sanscrită, Engleză şi Hindi, care este conducătoarea unei instituţii pentru fete. Ea păstrează o şcoală privată gratuită de asemenea pentru fetele sărace pe cheltuiala ei. Acesta este un serviciu foarte nobil într-adevăr.

Asemenea fete şi femei sunt cu adevărat o binecuvântare pentru India. Ele duc o viaţă de puritate şi

sacrificiu de sinte. Ele se bucură de fericire, prosperitate şi renume aici şi de asemenea vor atinge tărâmul nemuritor al păcii supreme după aceea. India are nevoie de mai multe Brahmacharinis de acest fel care îşi pot dedica vieţile serviciului, meditaţiei şi rugăciunii.

A existat o Maharani în fostele Provincii Unite care purta o rochie simplă, mânca mâncare simplă, servea Sadhuşi şi oameni săraci şi trăia întotdeauna printre Sannyasini. Ea avea o cunoaştere profundă a scripturilor, medita şi se ruga regulat. Ea păstra Mouna sau jurământul tăcerii pentru mai multe luni consecutiv şi petrecea mai mult timp în izolare.

Există o femeie educată care este o M.B.B.S. Soţul ei are o poziţie bună. Ea tratează pacienţii gratis. Nu cere niciun ban pentru vizitele pe care le face. Ea face un serviciu foarte bun pentru societate. Nu este o vânătoare de meserii. Ea este liberă de lăcomie. Face serviciul medical pentru purificarea inimii. Consideră serviciul medical pentru săraci ca o venerare a lui Dumnezeu. Are grijă de casă şi îşi serveşte soţul. Studiază cărţi religioase şi petrece timp în meditaţie, şi rugăciune. Ea este o femeie ideală care ducă o viaţă glorioasă şi pioasă.

Viaţa destrăbălată nu înseamnă libertate

Lumea are mare nevoie de asemenea femei ideale. Aş dori ca lumea să abunde cu asemenea femei glorioase. Eu nu condamn femeile. Eu nu mă opun ca femeile să primească educaţie şi libertate. Am cea mai mare veneraţie pentru femei. Le ador ca pe Devis sau zeiţe. Dar, nu sunt în favoarea unei asemenea libertăţi care să ruineze femeile. Sunt în favoarea unei educaţii şi culturi care să se facă nemuritoare şi glorioase, să le facă femei ideală precum Sulabha, Mira şi Maitreyi, precum Savitri şi Damayanti. Aceasta doresc. Aceasta este ceea ce toată lumea doreşte.

Viaţa destrăbălată nu este libertate perfectă. Unele femei din India s-au ruinat prin această falsă libertate. Nu există limită pentru libertate, de care aşa-zisele femei educate se bucură acum. Această libertate a cauzat

distrugerea multor case. A creat dezordine în societate. A adus ruşine multor familii respectate. Fetele, din dorinţa lor pentru libertate, au întrecut limita şi şi-au pierdut acea posesie pe care femeile din trecut o păstrau nepătată.

Prin amestecul liber cu bărbaţi, femeia îşi pierde demnitatea, modestia, graţia feminină, şi sanctitatea persoanei şi caracterul. O femeie care se amestecă liber cu bărbaţii nu îşi poate păstra castitatea pentru mult timp. Pot exista, şi au existat, excepţii. O femeie care se amestecă cu bărbaţii liber în viaţa publică şi totuşi rămâne pură trebuie să fie cu siguranţă superumană. O femeie obişnuită cu pasiunea ei naturală va ceda rapid. Natura umană se va împlini pe sine.

Ce mai rămâne din viaţa femeii dacă puritatea ei este pierdută? Ea este doar un cadavru viu dacă nu mai există puritate, deşi ea se poate bucura de bogăţie şi se mişcă prin cercurile înalte ale societăţii.

Asocierea cu persoane promiscue va duce la rezultate dezastruoase. Chiar şi Rishis şi Yoghinii care sunt îmbrăcaţi în zdrenţe, care trăiesc în izolare şi se hrănesc cu rădăcini, vor fi traşi în jos de forţele întunecate ale naturii dacă sunt neatenţi. Atunci ce să mai vorbim de femeile care mănâncă zilnic delicatese şi dulciuri, care sunt îmbrăcate în catifea parfumată şi mătase cu margini brodate, cărora li se acordă prea multă libertate, care nu duc o viaţă de control de sine, care nu au antrenament religios şi disciplină, care nu au idee de viaţa interioară şi religia emancipării? O cititorule înţelept! Las acest lucrul a consideraţia, reflecţia, cugetarea şi deliberarea ta.

Femeile nu ar trebui să facă nimic din ceea ce le dezonorează sau le aduce infamie lor şi familiilor lor, şi le pătează caracterul. Fără caracter, un bărbat sau o femeie este considerat mort deşi trăieşte. Femeile ar trebui să fie atente şi grijulii când se mişcă în societate. Ele ar trebui să evite prea multă vorbărie, prea mult amestec, să râdă prea mult sau să se prostească. Ele ar trebui întotdeauna să meargă într-o manieră demnă şi nu să unduiască din şolduri. Ele nu ar trebui să se uite niciodată la bărbaţi cu

gesturi secrete. Hainele nu trebuie să fie prea strâmte sau să arate prea mult trupul. Abandonează machiajul.

O chemare pentru viaţa spirituală

O Devis! Nu vă irosiţi vieţile în modă şi pasiune. Deschideţi ochii. Mergeţi pe calea dreptăţii. Păstraţi-vă Pativrata Dharam. Vedeţi Divinitatea în soţul vostru. Studiaţi Gita, Upanishadele, Bhagavata şi Rāmāyana. Deveniţi bune Grihastha-Dharminis şi Brahma-Vicharinis. Aduceţi pe lume mulţi Gourangas. Destinul lumii este în întregime în mâinile voastre. Deţineţi cheia principală a lumii. Deschideţi uşa fericirii paradiziace. Aduceţi Vaikuntha în casele voastre. Antrenaţi-vă copii pe calea spirituală. Semănaţi sămânţa spirituală când sunt tineri.

O Devis ale lumii! Nu ar trebui să vă luptaţi pentru o viaţă mai înaltă, mai mare, mai sublimă, singura viaţă reală în Suflet! Este suficient să fiţi satisfăcute cu necesităţile materiale neînsemnate ale vieţii pământeşti? Ţineţi minte ce i-a spus Maitreyi lui Yajnavalkya? „Ce voi face cu toată bogăţia acestei lumi dacă prin aceasta nu voi deveni nemuritoare?" a spus ea soţului ei. Câte femei din această lume ar fi suficient de îndrăzneţe pentru a revendica o asemenea declaraţie înţeleaptă a idealului Upanishadic.

Înlănţuirea cu legăturile Samsarei nu este dreptul din naştere al mamelor şi surorilor din această lume. Să rămâi blocată în familie, copii şi rude nu este idealul femeii curajoase şi discriminative. Fiecare mamă a lumii ar trebui să realizeze responsabilitatea ei de a se trezi pe sine, copii ei, familia şi soţul ei, la adevărata lumină, şi splendoare a vieţii. Ce mamă glorioasă a fost Madalasa! A cerut ea copiilor ei să studieze până la examenul de absolvire şi apoi să-şi caute ceva de lucru? „Suddosi, Buddhosi, Niranjanosi, Samsara Maya Parivarjitosi – Tu eşti pur, tu eşti conştiinţă, tu este neîntinat, eşti liber de Maya Samsarei" – acestea erau instrucţiunile Advaitice pe care Madalasa le-a dat copiilor ei când îi legăna. Câte mame din aceste zile au norocul să-şi înveţe copii asemenea cunoaştere profundă? Pe de o parte, mamele zilelor

noastre ar încerca să zdrobească tendinţele spirituale ale copiilor lor chiar dacă se găsesc în ei în stări microscopice! Ce condiţie tristă şi vrednică de milă! Treziţi-vă mamelor, surorilor! Treziţi-vă din somnul adânc. Recunoaşteţi-vă responsabilitatea. Spiritualizaţi-vă pe voi înşivă. Spiritualizaţi-vă copii. Spiritualizaţi-vă chiar şi soţii, pentru că voi sunteţi cele care fac familia! Amintiţi-vă cum Chudala l-a iluminat pe soţul ei. Voi sunteţi creatoarele naţiunilor! Voi sunteţi cele care construiţi lumea! Aşadar, spiritualizaţi-vă pe voi înşivă. Revendicaţi în voi înşivă spiritul lui Sulabha, Maitreyi, Gargi. Nu fiţi laşe. Ieşiţi afară din casele voastre de carne – case de deziluzie, case de vanitate!

Fiţi toate adevărate Sannyasinis şi aduceţi glorie reală, măreţie reală, pentru că asta este îndrăzneala adevărată şi curajul, aceasta este înţelepciunea şi înţelegerea reală. O femeie nu este femeie dacă este golită de focul spiritual din ea, dacă este ignorantă de viaţa înaltă în Suflet. Datoria unei femei nu este doar familia; datoria ei este de asemenea să transcendă familia. Datoria ei nu stă în brăţări, jachete, pudre şi parfumuri. Datoria ei nu să mă găsi de lucru pentru copii. Datoria ei este de asemeni să se preocupe cu Sinele, Atman, Brahman. O asemenea femeie este un simbol real al lui Dumnezeu.

Ea ar trebui să fie adorată, ea ar trebui să fie venerată!

12. BRAHMACHARIA ŞI CURRICULUM-UL EDUCAŢIONAL

Dacă compari sistemul prezent de educaţie cu sistemul străvechi Gurukul, există o mare prăpastie între cele două. În primul rând, sistemul prezent de educaţie este foarte costisitor. Latura morală a educaţiei este absolut ignorată în acest moment. Fiecare student în Gurukul era pur. Fiecare student, avea un antrenament moral perfect. Acesta era factorul predominant în cultura străveche. Fiecare student avea cunoaştere despre Prāṇāyāma, Mantra Yoga, Ananas, codul moral, Gita, Rāmāyana, Mahābhārata şi Upanişade. Fiecare student

poseda umilinţă, restrângere de sine, obedienţă, un spiritul de serviciu şi sacrificiu de sine, comportament bun, politeţe, o natură amabilă, şi o dorinţă de a dobândi Atma-Jnana.

Un dezavantaj vital în sistemul educaţional prezent din India

Studenţii la colegiu din zilele noastre nu posedă niciuna din virtuţile de mai sis. Controlul de sine este un lucru necunoscut pentru ei. Viaţa luxoasă şi indulgenţa încep încă de când sunt băieţi. Aroganţa, impertinenţa şi nesupunerea sunt adânc înrădăcinate în ei. Au devenit atei confirmaţi şi materialişti de seamă. Multora le este ruşine să spună că ei cred în existenţa lui Dumnezeu. Ei nu au cunoaştere despre Brahmacharya şi control de sine. Haine la modă, mâncare nerecomandată, companie rea, mersul des la teatru şi la cinema, aplicarea manierelor din Vest şi a obiceiurilor i-au transformat în oameni slabi şi pasionaţi. Brahma-Vidya, Atma-Jnana, Vairagya, bogăţia Moksha şi pacea Atmică şi fericirea sunt foarte străine pentru ei.

Moda, stilul, epicurismul, lăcomia şi luxul au ocupat minţile lor. Este vrednic de milă să auzi povestea vieţii unora din studenţii la colegiu. În străvechiul Gurukul, băieţii erau sănătoşi şi puternici şi trăiau mult. A fost descoperit într-adevăr că sănătatea studenţilor s-a deteriorat în toată India. Mai mult, viciile şi practicile rele care le ruinează sănătatea sunt în creştere. Nu există cultură etică în şcolile şi colegiile moderne. În sistemul prezent, latura morală a educaţiei este absolut ignorată.

Civilizaţia modernă i-a slăbit pe băieţii şi pe fetele noastre. Ei duc o viaţă artificială. Copii nasc copii. Există o degenerarea rasială. Cinematograful a devenit un blestem. El excită pasiunea şi emoţia. În zilele noastre, la cinematograf, scene vulare şi jocuri imorale sunt transpuse chiar şi când arată poveşti din Mahābhārata şi Rāmāyana. Din nou trebuie să reiterez cu forţă că prezentul sistem de educaţie din India are nevoie imediat de o remodelare completă drastică.

Orice sistem de educaţie, care nu este bazat pe

principiile Brahmacharya, şi nu are în curriculum un studiu obligatoriu al literaturii Sanscrite, nu va fi bun pentru Hinduşi. Este sortit eşecului! Cei care sunt responsabili cu sistemul de educaţie sunt ignoranţi în privinţa acestui punct important; şi de aici numeroasele experimente nefericite în educaţie.

Profesorii de la unele colegii insistă ca studenţii să poarte haine la modă. Ce păcat! Curăţenia este un lucru şi moda alt lucru. Aşa-zisa modă îşi are rădăcinile în lucruri lumeşti şi în senzualitate. Curăţenia vieţii este foarte necesară pentru creşterea fizică şi spirituală. Băieţii şi fetele suferă în tăcere din cauza ignoranţei, din cauza folosirii incorecte a părţilor trupului care constituie o secare definitivă a vitalităţii. Aceasta retardează progresul mental şi fizic normal. Când sistemul uman este privat de secreţiile naturale, trebuie să existe un declin corespunzător în energia nervoasă. Acesta este motivul pentru care apar dezordini funcţionale. Numărul epavelor este în creştere.

Băieţii tineri suferă de anemie, memorie proastă şi debilitate. Ei trebuie să-şi întrerupă studiile. Bolile sunt în creştere. Mii de injecţii trebuie să fie aduse la farmacii, spitale şi dispensare. Mii de doctori şi-au deschis clinici şi magazine. Totuşi, mizeria creşte cu fiecare zi. Oamenii nu au succes în întreprinderile şi afacerile lor. Care este motivul pentru asta? Motivul nu este departe de căutat. Este datorat risipirii forţei vitale a spermei prin obiceiuri rele şi relaţii sexuale nemoderate. Se datorează unei minţi murdare şi unui trup murdar.

Datoria profesorilor şi părinţilor

Învăţătorii şi profesorii au o datorie mare şi laborioasă în şcoli şi colegii pentru antrenarea studenţilor pe calea Sadachara sau conduita corectă şi de a le modela caracterul corespunzător. Brahmacharya include construirea caracterului sau modelarea corectă a caracterului. Se spune că cunoaşterea este putere. Dar eu afirm curajos, cu multă siguranţă şi experienţă practică despre caracter că este putere şi de asemenea despre

caracter că este superior chiar şi cunoaşterii.

Toţi ar trebui să faceţi ce vă stă în putere să vă modelaţi caracterul cum trebuie. Întreaga viaţă şi succesul în viaţă depind în întregime de formarea caracterului. Toate marile persoane din această lume şi-au dobândit măreţia prin caracter şi numai prin caracter. Persoanele faimoase briliante ale lumii şi-au câştigat laurii de faimă, reputaţie şi onoare prin caracter şi doar prin caracter.

Profesorii înşişi ar trebui să fie strict morali şi puri. Ei ar trebui înzestraţi cu perfecţiune etică. Altfel, va fi ca orbul care conduce alt orb. Înainte de a începe lucrul, fiecare profesor ar trebui să simtă responsabilitatea înaltă a poziţiei lui pe linia educaţiei. Simpla realizare intelectuală în arta oferirii de cursuri simple nu va fi suficientă. Aceasta singură nu îi va împodobi pe profesori.

Când studenţii ating vârsta maturităţii, anumite creşteri şi schimbări au loc în trupul fizic. Vocea se schimbă. Noi emoţii şi sentimente apar. Natural, tinerii devin curioşi. Ei consultă băieţii de pe stradă. Sunt sfătuiţi greşit. Îşi ruinează sănătatea prin obiceiuri rele. O cunoaştere clară a sănătăţii sexuale, igienei şi Brahmacharya, despre cum să atingi longevitatea şi cum să controlezi pasiunea, ar trebui să le fie oferită. Părinţii ar trebui să-i înveţe pe copii diverse poveşti din Mahābhārata şi Rāmāyana care au legătură cu Brahmacharya şi conduita corectă.

Părinţii ar trebui să-şi sfătuiască copii, adesea, în legătură cu subiectul Brahmacharya-ei. Aceasta este datoria lor imperativă. Discuţii sincere cu băieţii şi fetele sunt foarte necesare când ei încep să arate semnele pubertăţii. Nu este de folos să discuţi fără să atingi subiectul principal. Chestiunile care au legătură cu sexul nu ar trebui să fie ascunse. Va fi doar o falsă modestie dacă părinţii se simt ruşinaţi să vorbească cu copii despre acest subiect important. Tăcerea doar va excita curiozitatea adolescentului. Dacă înţeleg aceste lucruri clar din timp, cu siguranţă nu vor fi învăţaţi greşit de colegi răi şi nu vor dezvolta obiceiuri rele.

Profesorii şi părinţii ar trebui să dea instrucţii potrivite băieţilor şi fetelor despre cum să ducă o viaţă curată prin Brahmacharya. Ei ar trebui să scape de sentimentul fals de modestie şi ruşine. Ei sunt destul de responsabili pentru ignoranţa băieţilor şi fetelor. A existat multă suferinţă din cauza ignoranţei în aceste chestiuni. Tu plăteşti preţul ignoranţei, al modestiei false gândind că chestiunile despre sex şi psihologia sexuală nu ar trebui discutate. Profesorii şi părinţii ar trebui să-şi dea silinţa să observe conduita tinerilor şi să imprime în minţile lor importanţa vitală a vieţii curate prin Brahmacharya şi pericolele unei vieţi murdare. Pamflete despre Brahmacharya ar trebui să le fie distribuite gratis.

Demonstraţii cu lanterne magice în legătură cu subiectul Brahmacharya-ei, despre vieţile Brahmacharinilor din trecut, despre poveştile din Mahābhārata şi Rāmāyana, ar trebui prezentate regulat în şcoli şi colegii. Aceasta va fi de mare ajutor în elevarea şi inspirarea studenţilor la un standard moral ridicat.

O învăţătorilor şi profesorilor! Treziţi-vă acum! Antrenaţi-vă studenţii pe calea Brahmacharya-ei şi a corectitudinii şi moralităţii. Faceţi-i adevăraţi Brahmacharini. Nu neglijaţi această lucrare divină. Voi sunteţi responsabili moral pentru această sarcină laborioasă. Această este Yoga voastră. Puteţi avea realizarea-Sinelui dacă faceţi această lucrarea cât puteţi de bine. Fiţi adevăraţi şi sinceri. Deschideţi ochii acum. Explicaţi băieţilor şi fetelor importanţa Brahmacharya-ei şi instruiţi-i în diversele metode prin care ei pot păstra Veerya, forţa-sufletului sau Atma-Sakti care este ascunsă în ei.

Profesorii care s-au disciplinat pe ei înşişi ar trebui să aibă discuţii private cu studenţii şi să le ofere lecţii practice regulate despre Brahmacharya. Rev. H. Packenham Walsh, care a fost director al S. RG. Collège, Tiruchirappali, cu câteva decenii în urmă, şi care mai târziu a devenit episcop, obişnuia să aibă discuţii regulate cu studenţii lui despre Brahmacharya şi autocontrol.

Destinul lumii stă în întregime pe umerii profesorilor şi studenţilor. Dacă profesorii îşi antrenează studenţii în direcţia bună, pe calea dreptăţii, lumea va fi plină de cetăţeni ideali, Yoghini şi Jivanmuktas, care vor radia lumină, pace, fericire şi bucurie peste tot.

Binecuvântat este cel care cu adevărat se străduie să-şi transforme studenţii în adevăraţi Brahmacharini. De două ori binecuvântat este cel care încearcă să devină un adevărat Brahmachari. Fie ca binecuvântările Domnului Krishna să fie asupra lor. Glorie învăţătorilor, profesorilor şi studenţilor.

13. CÂŢIVA BRAHMACHARINI IDEALI

Hanuman

Părinţii lui Hanuman au fost Anjana şi Pavana, zeul-vânt. El a fost numit Hanuman după numele oraşului Hanuman peste care unchiul, din partea mamei Parţi Surya, domnea. Trupul lui Hanuman era tare ca piatra. Astfel, Anjana l-a numit Vajranga. El a fost de asemenea cunoscut sub numele de Mahavir sau erou puternic, deoarece el a fost autorul mai multor fapte eroice. Celelalte nume ale lui sunt Balabhima şi Maruti.

Lumea nu a văzut încă, şi nici nu va vedea în viitor, un euro puternic precum Sri Hanuman. În timpul vieţii el a făcut minuni şi a realizat fapte supraomeneşti de putere şi valoare. El a lăsat în urmă un nume care, atâta timp cât lumea va dura, va continua să influenţeze minţile a milioane de oameni.

Hanuman este unul din cei şapte Chiranjivis. El a învăţat Sastra-ele de la zeul-soare. El este personificarea Brahmacharya-ei. El este cel mai înţelept dintre înţelepţi, cel mai puternic dintre puternici şi cel mai curajos dintre curajoşi. El este Sakti sau energia lui Rudra. Cel ce meditează asupra lui Hanuman şi repetă numele lui dobândeşte putere, tărie, glorie, prosperitate şi succes în viaţă. Hanuman este venerat în toate părţile din India, în special în Maharashtra.

Hanuman a avut puterea să-şi asume orice formă dorea, să-şi umfle corpul până la dimensiuni enrome şi să-l

reducă până la dimensiunea unui deget. Puterea lui era supraomenească. El a fost teroarea Rakshasaşilor şi demonilor. El a fost versat în cele patru Vede şi alte cărţi sacre. Valoarea lui, înţelepciunea, cunoaşterea scripturilor şi puterea supraomenească atrăgeau pe oricine venea lângă el. El a avut o îndemânare extraordinară în război.

Hanuman a fost mesagerul ales, războinicul şi servitorul lui Sri Rama. El a fost un adept şi un devotat al Domnului Rama. Rama a fost totul pentru el. El a trăit pentru al servi pe Rama. El a trăit în Rama. El a trăit pentru Rama. El a fost ministru şi prieten intim cu Sugriva.

Hanuman s-a născut în dimineaţa zilei a 8-a a lunii, Chaitra, în cea mai binecuvântată zi, Marţi. Încă de la naştere, Hanuman a făcut dovada unei puteri fizice extraordinare şi a lucrat multe miracole. Când a fost copil, el a sărit la soare şi l-a prins ca să-l mănânce. Toţi zeii au fost tulburaţi. Ei au venit cu mâinile unite la copil şi cu umilinţă i-au cerut să elibereze soarele. Copilul a eliberat soarele la cererea lor.

Un Rishi a pus un blestem asupra lui. Hanuman pentru acţiunea lui greşită va rămâne inconştient de puterea lui imensă până când îl va întâlni pe Sri Rama şi i-L va servi cu devoţiune. Hanuman l-a văzut pe Sri Rama prima dată în Kishkinda. Sri Rama şi Lakshmana au venit acolo în timpul căutărilor lui Sita pe care Ravana a răpit-o. Imediat ce Hanuman l-a privit pe Sri Rama, el a devenit conştient de puterea şi tăria lui.

Hanuman a ars în întregime Lanka şi a adus lui Rama ştiri despre Sita. În marele război dintre Rama şi Ravana, Hanuman a omorât mulţi eroi din armata Rakshasa. El a făcut multe acte supraomeneşti. Să care în spae un munte mare şi alte mari activităţi erau nimic pentru Hanuman. Toate acestea se datorau puterii Brahmacharya-ei.

Când marele război s-a terminat, vibhishana a fost instalat pe tronul din Lanka. Timpul exilului se încheiase. Sri Rama, Lakshmana, Sita şi Hanuman au stat în Pushpaka Vimana sau aeroplan şi au ajuns la Ayodhya la timp. Ceremonia de încoronare a Domnului Rama a fost

celebrată cu mare triumf şi pompă. Sita a făcut cadou lui Hanuman un colier de perle.

Glorie lui Hanuman, binecuvântatul servitor al Domnului Rama. Glorie, glorie lui Sri Anjaneya, puternicul erou, războinic neînfricat şi învăţat Brahmachari, aşa cum lumea nu a văzut încă şi nici nu va vedea în timpurile ce vor veni.

Să ne inspirăm din idealul vieţii de Brahmacharya a lui Hanuman! Fie ca binecuvântările Lui să fie asupra tuturor. Să cântăm gloria Lui:

Jaya Siya Ram Jaya Jaya Siya Ram
Jaya Hanuman Jaya Jaya Hanuman
Jaya Siya Ram Jaya Jaya Siya Ram
Jaya Hanuman Jaya Jaya Hanuman

Sri Lakshmana

Lakshmana, fiul lui Dasaratha de la a doua soţie Sumitra, a fost fratele mai tânăr al lui Sri Rama. El a fost un Avatara al lui Adisesha. El a fost companionul constant al lui Rama şi la plăcere şi la durere. Rama şi Lakshmana au trăit, mâncat, s-au jucat şi au studiat împreună. Nu puteau suporta să fie separaţi. Lakshmana a fost servitorul iubitor al lui Sri Rama. El a îndeplinit întocmai toate comenzile lui Sri Rama. El a trăit în obedienţă perfectă faţă de Sri Rama. Lakshmana avea o dragoste frăţească pură şi neîntinată. Obiectul vieţii lui a fost serviciul faţă de fratele mai mare. Obedienţa faţă de comenzile fratelui său a fost motto-ul vieţii sale. El nu ar fi făcut nimic fără permisiunea lui Rama. El îl considera pe Sri Rama ca Dumnezeul lui, Guru, tată şi mamă. El îl urma pe Rama ca o umbră.

Avea o inimă lipsită de egoism. A abandonat tot confortul vieţii regale de bunăvoie doar pentru a fi în compania fratelui său. El a servit cauza lui Rama în toate felurile posibile. El a făcut cauza lui Rama propria lui cauză. A sacrificat fiecare consideraţie personală pe altarul dragostei frăţeşti. Sri Rama a fost totul pentru el. Lakshama putea să renunţe la orice, chiar şi la viaţă, de dragul lui Rama. El a abandonat într-o clipă pe mama lui,

soţia şi confortul regal pentru a-l urma pe Sri Rama şi Sita în exil. Ce suflet mărinimos! Ce mare Tyagi a fost el! Aici este un exemplu fără precedent, în istoria întregii lumi, a unui suflet dezinteresat, nobil şi devotat care a trăit numai pentru a-şi servi fratele. Acesta este motivul pentru care cititorii Rāmāyana îl elogiază pe Lakshmana pentru dragostea unică şi pură pentru fratele lui. Unii îl elogiază pe Bharata, în timp ce alţii vorbesc foarte înalt despre Hanuman, dar Lakshmana nu a fost inferior în niciun fel lui Bharata sau Hanuman.

Lakshmana l-a urmat pe Sri Rama pentru o perioadă lungă de paisprezece ani deşi era perfect conştient de pericolele pădurii. El l-a însoţit pe Rama cu arcul şi săgeata, deşi ajutorul lui nu era cerut de Visvamitra. Totul se datora devoţiunii sale şi dragostei către fratele lui Sri Rama.

Sri Rama avea de asemenea o dragoste intensă pentru Lakshmana. Când Lakshmana a căzut inconştient din cauza săgeţii fatale a lui Meghanda, inima lui Rama a fost frântă. El a plâns cu amărăciune. El a luat hotărârea să nu reviziteze Ayodhya după ce şi-a pierdut fratele. El a spus, „O soţie precum Sita poate fi găsită, dar un frate devotat de tipul lui Lakshmana nu poate fi găsit încă odată. Lumea este nimic pentru mine fără fratele meu”.

Lakshmana era pur în gând, cuvânt şi faptă. El ducea o viaţă de Brahmachari ideal în timpul celor paisprezece ani petrecuţi în exil. El niciodată nu s-a uitat la faţa sau la trupul lui Sita. Ochii lui era întotdeauna îndreptaţi numai către picioarele ei. Când Sugriva a adus mantia lui Sita şi bijuteriile care, în timp ce era răpită, ea le-a lăsat să cadă pe pământ, văzând maimuţele pe munte – Rama le-a arătat lui Lakshmana şi l-a întrebat dacă le recunoaşte. Lakshmana a spus:

Naham Janami Keyure Naham Janami Kankane
Nupura Eva Janami Nityam Padabhivandanat

„Nu recunosc brăţările sau cerceii; ştiu doar lanţurile de la glezne, pentru că îi venerez doar picioarele”. Vedeţi cum Lakshmana o venera pe Sita ca pe o mamă sau zeiţă.

Meghanda, fiul lui Ravana, l-a cucerit chiar şi pe Indra, domnul zeilor. Prin virtutea acestei victorii, Meghanda a ajuns să fie cunoscut ca Indrajit. El avea avantajul de a fi invincibil mai puţin în faţa celui care se putea abţine de la tot felul de plăceri senzuale pentru cel puţin paisprezece ani. El nu putea fi cucerit. Dar Lakshmana l-a distrus prin puterea purităţii sale, prin puterea Brahmacharya-ei.

O Lakshmana! Îţi vom cânta întotdeauna gloria şi vom repeta, „Ram Lakshman Janaki, Jai Bolo Hanuman Ki!" Fă-ne cunoştinţă cu iubitul nostru Domn Rama, fratele tău drag şi maestrul. Ajută-ne de asemenea în a păstra comuniunea cu Domnul Rama. O Lakshmana! Fii întotdeauna milos faţă de acei Sadhakas neofiţi care bâjbâie în întunericul ignoranţei! Învaţă-be secretul succesului şi ajută-ne să devenim celibatari de neclintit până la sfârşitul zilelor noastre. Încă odată, salutări ţie, O Lakshmana, favoritul lui Sumitra şi mărul ochilor lui Sri Rama!

Bhisma

Tatăl lui Bhisma a fost Santanu, care era conducătorul lui Hastinapura. Mama sa era Ganga Devi. Numele lui iniţial a fost Devavrata. El era o încarnare a lui Vasu Devata.

Într-o zi Santanu a mers în pădure, aproape de malul râului Yamuna, la vânătoare. El întâlnit o fecioară frumoasă. I-a spus, „Cine eşti tu? Ce faci aici?". Ea a răspuns, „Sunt fiica lui Dasaraja, pescarul şef. Numele meu este Satyavati. Sunt angajată din ordinul lui să vâslesc pentru a traversa pasagerii cu barca peste râu".

Regele Santanu a vrut să se căsătorească cu ea. El a mers la Dasaraja şi i-a cerut consimţământul. Pescarul şef a răspuns, „Sunt gata să-ţi dau fata în căsătorie. Dar, mai întâi, vreau să-mi faci o promisiune".

Regele a răspuns, „O, Dasaraja, ce doreşti? Voi face cu siguranţă tot ceea ce îmi stă în putere".

Pescarul şeft a spus, „Fiul născut de fiica mea să-ţi succeadă ca rege".

Santanu nu dorea să facă acest legământ faţă de pescarul şef, deoarece fiul său inteligent şi curajos Devavrata, pe care îl iubea mult, ar fi trebuit să abandoneze tronul. El nu ar mai fi fost moştenitor. Dar focul dragostei pentru fecioară îl ardea. El era într-o mare dilemă. A devenit din ce în ce mai palid şi nu se mai interesa de afacerile statului. Şi-a deschis inima către ministrul cel mai de seamă în care avea încredere, dar acesta din urmă nu a putut să-l sfătuiască în privinţa acestei chestiuni. Santanu a încercat să-şi ascundă dragostea pentru fecioară faţă de fiul său Devavrata.

Devavrata era înţelept şi foarte puternic. El a suspectat ceva şi s-a gândit că tatăl lui este nefericit. El i-a spus tatălui său, „O iubitul meu tată! Eşti prosper. Ai totul. Nu ar trebui să ai motive de anxietate. De ce eşti trist acum? Îţi pierzi vigoarea şi tăria. Fii blând şi spune-mi motivul durerii tale. Sunt gata să fac tot ceea ce îmi stă în puteri ca să elimin acest motiv”.

Regele a răspuns, „O iubitule Devavrata! Tu eşti singurul meu fiu. Dacă vreo calamitate se abate asupra ta voi rămâne fără fiu. Voi fi lipsit de rai. Tu eşti egal cu o sută de fii. Aşadar, nu vreau să mă recăsătoresc. Dar un fiu nu este fiu în concordanţă cu vorbele Rishilor. Aceste gânduri îmi necăjesc mintea”.

Drept rezultat, Devavrata, acompaniat de bătrânul ministru şi mulţi Kshatriya respectabili, a mers la Dasaraja şi a pledat cauza tatălui său. El i-a cerut să-i dea fata în căsătorie tatălui său.

Pescarul şef a răspuns, „O bunule prinţ” I-am spus dejat tatălui tău despre condiţia cu care îi pot da fata să se căsătorească cu el”.

Devavrata a spus, „O pescarule şef! Declar solemn acum că fiul care va fi născut de această fată îi va succeda tatălui meu la tron. Voi face tot ceea ce doreşti!

Pescarul şef a spus, „Apreciez mult caracterul tău nobil şi idealul înalt. Dar fii tăi îl pot exila în orice clipă pe fiul născut de fiica mea. Am dubii mari din această cauză”.

Devavrata s-a rugat, „O Adevărule! Trăieşte în mine

pentru totdeauna. Vino şi pătrunde-mi întreaga fiinţă! Dă-mi tărie interioară să păstrez jurământul celibatului perfect pe care îl voi face acum în prezenţa acestor oameni!”. Atunci cu hotărâre a spus pescarului şeft, „O Dasaraja! Ascultă ce spun. Toate femeile din lume sunt mamele mele. Eu sunt cel mai devotat şi loial servitor al Regelui din Hastinapura. Dacă voi murii fără fii, voi atinge tărâmul fericirii eterne şi al nemuririi”.

Din ceruri în acel moment, fecioarele cereşti, zeii şi înţelepţii au aruncat flori asupra lui şi au spus, „Acesta este cu adevărat Bhishma, Teribilul!”

Pescarul şef a spus, „O prinţule! Sunt pregătit acum să-mi dau fata în căsătorie tatălui tău”. După care, pescarul şi fiica lui l-au acompaniat pe Devavrata la palatul lui Santanu. Bătrânul ministru l-a informat pe rege despre tot ceea ce s-a întâmplat. Monarhii care se adunaseră în sală au apreciat mult spiritul de sacrificiu extraordinar şi renunţarea de care a dat dovadă Devavrata şi au spus, „Devavrata este cu adevărat Bhishma, Teribilul”. De atunci Devavrata a purtat numele de Bhishma. Regele Santanu a fost foarte bucuros de conduita nobilă a fiului său şi i-a oferit ca binecuvântare darul morţii la voinţă. El a spus, „Fie ca zeii să te protejeze! Moartea niciodată să nu vină la tine atâta timp cât doreşti să trăieşti”.

Ce suflet exaltat! Acest exemplu nobil este unul fără precedent în istoria lumii. Nimeni în afară de Bhishma, pe suprafaţa pământului, nu a făcut un asemenea sacrificiu de dragul datoriei filiale la o asemenea vârstă fragedă. Datoria filială a lui Bhishma şi pietatea pot fi foarte bine să fie comparate cu cele ale Domnului Rama.

Bhishma era foarte ferm, în principiile lui. El era absolut liber de cea mai mică urmă de egoism. El era întruparea negării de sine şi a sacrificiului de sine. Puterea lui de îndurare şi răbdarea întoarse încercările dificile prin care a trecut, erau minunate şi fără precedent. El era fără rival în tăria morală şi în curaj. Toţi bărbaţii îl onorau. Toţi şefii Kshatriya îl omagiau. El era un Yoghin puternic şi un înţelept. El era deasupra conştiinţei trupului. El se odihnea

în propria lui Satchidananda Svarupa. Acesta este motivul pentru care era calm şi senin chiar şi când era străpuns de săgeţi ascuţite. Stând pe un pat de săgeţi ascuţite care era la fel de moale ca un pat din flori pentru el, a ţinut lui Yudhishthira mai multe discursuri politice, filosofice şi religioase, asupra subiectelor sociale şi morale.

Ai auzit de cineva, în afară de Bhishma, în istoria lumii, care a putut să ţină asemenea discursuri înălţătoare şi sublime pe patul de moarte? Bhishma şi-a dat viaţa pentru alţii. El a trăit pentru a servi şi eleva pe ceilalţi. Viaţa nobilă dusă de sufletul înalt Bhishma încă inspiră prin forţa voinţei, virtuţi autentice în cei care îi studiază discursurile în Santi Parva. Bhishma a murit cu mult, mult timp în urmă, dar vocea lui în Santi Parva şi idealul său şi viaţa exaltată trezesc oamenii adormiţi la acţiune, dreptate, datorie şi cercetare, Tapas riguros şi meditaţie, chiar şi astăzi.

Glorie lui Bhishma, a cărui viaţă exemplară în Brahmacharya inspiră inimile noastre chiar şi astăzi şi ne elevează minţile la înălţimile mari ale gloriei divine şi splendorii.

SECŢIUNEA III. TEHNICI DE SUBLIMAREA SEXUALĂ

14. SUPRIMARE ŞI SUBLIMARE

În practica Brahmacharya, ceea ce se doreşte este elimnarear poftei, nu reprimarea. Reprimarea dorinţei sexuale nu înseamnă eradicare. Nu poţi fi liber niciodată de ceea ce reprimi. Dorinţa sexuală reprimată te va ataca iar şi iar şi va produce vise ude, iritabilitate şi nestatornicia minţii.

Reprimarea dorinţei sexuale nu te va ajuta mult. Dacă pofta este suprimată, ea se va manifesta din nou cu forţă dublă când se iveşte o oportunitate, când voinţa devine slabă, când Vairagya dispare, când există o reducere în mediaţie sau în Sadhana Yoghină, când devii slab sau datorită atacului unei boli.

Nu încerca să fugi de femei. Atunci Maya te va urmări teribil. Încearcă să vezi Sinele în toate formele şi

repetă formula „Om Ek Sat-Chit-Ananda Ātma” foarte des. Ţine minte că Atman este fără sex. Repetarea mentală a acestei formule îţi va da putere.

Oamenii ignoranţi adoptă metode prosteşti pentru a omorî Indriyas-urile. Ei eşuează în final. Mulţi aspiranţi proşti amputează organul de reproducere. Ei gândesc că pofta poate fi eradicată printr-o asemenea procedură. Ce act prostesc imens! Pofta este în minte. Dacă mintea este îngenuncheată, ce poate face organul extern? Unii înghit tone de nux vomica pentru a omorî organul. Ei eşuează în tentativele lor de a fi centraţi în Brahmacharya. Starea minţii lor rămâne aceiaşi, deşi devin impotenţi din cauză ca iau nux vomica.

Ceea ce se doreşte este controlul judicios al Indriyas-urilor. Indriyas-urile nu ar trebui să fie lăsate să alerge slobode în rutine senzuale. Ele nu ar trebui să fie lăsate să ne arunce fără milă în groapa adâncă a lucrurilor lumeşti, precum un cal nărăvaş care îşi aruncă din şa călăreţul ori de câte ori doreşte.

Brahmacharya înseamă control, dar nu reprimarea, dorinţei sexuale sau a forţei sexuale. Mintea trebuie să fie purificată prin meditaţie, Japa, Kirtan şi rugăciune. Dacă mintea este plină cu gânduri sublime divnine prin meditaţie, Japa, rugăciune şi studiul scripturilor sfinte, dorinţa sexuală va fi devitalizată sau de-energizată prin retragerea minţii. Mintea de asemenea va fi subţiată.

De la energia sexuală la energia spirituală

Energia sexuală trebuie să fie transmutată în energie spirituală sau Ojas Sakti prin practica Japa, rugăciunii, meditaţiei, studiului cărţilor religioase, Prāṇāyāma şi Asana. Trebuie să dezvolţi devoţiune şi dorinţă arzătoare pentru eliberare. Trebuie să meditezi constant la ceea ce este pur, nemuritor, fără sex, fără trup, la Atman cel fără dorinţă. Numai atunci dorinţa sexuală va fi anihilată.

Dacă energia sexuală este transmutată în Ojas sau energie spirituală prin gânduri pure, se numeşte sublimare sexuală în psihologia vestică. Sublimarea nu este o chestiune de reprimare sau înăbuşire, ci un proces de

conversie dinamic, pozitiv. Este procesul de a controla energia sexuală, de a o conserva, şi apoi de a o îndrepta către canalele mai înalte, şi în final, de a o transforma în energie spirituală sau Ojas Sakti.

Energia materială este schimbată în energie spirituală, la fel cum căldura este schimbată în lumină şi electricitate. La fel cum o substanţă chimică este sublimată sau purificată prin ridicarea temperaturii substanţei şi transformarea ei în vapori care din nou sunt condensaţi în formă solidă, tot aşa, energia sexuală este purificată şi schimbată în energie divină prin Sadhana spirituală.

Ojas este energie spirituală care este stocată în creier. Prin întreţinerea de gânduri sublime, care elevează sufletul, despre Sine sau Atman, prin meditaţie, Japa, venerare şi Prāṇāyāma, energia sexuală poate fi transmutată în Ojas Sakti şi stocată în creier. Această energie stocată poate fi atunci utilizată pentru contemplare divină şi scopuri spirituale.

Mânia şi energia musculară pot de asemenea să fie transmutate în Ojas. Un om care are o mare cantitate de Ojas în creier poate realiza o lucrare mentală imensă. El este foarte inteligent. El are ochi strălucitori şi faţa lui are o aură magnetică. El poate influenţa oameni rostind doar câteva cuvinte. Un scurt discurs al său produce o impresie uluitoare în minţile ascultătorilor. Vorbirea lui este extraordinară. El are o personalitate care inspiră respect. Sri Sankara, un Akhanda Brahmachari „a lucrat minuni prin puterea lui din Ojas. Un Yoghin întotdeauna îşi direcţionează atenţia spre acumularea acestei energii divine prin castitate neîntreruptă.

În Yoga, se numeşte Cordhvaretas. Un Yoghin Cordhvareta este cel în care energia seminală curge în sus către creier ca Ojas Sakti. Nu mai există acum posibilitatea ca sperma să curgă în jos din cauza excitării sexuale

Secretul sublimării sexuale

Conform ştiinţei Yoga, sperma există în formă subtilă în tot corpul. Ea se găseşte în stare subtilă în

toate celulele trupului. Ea este extrasă şi elaborată în formă grosieră în organul sexual sub influenţa voinţei sexuale şi excitării sexuale. Un Yoghin Cordhvareta nu doar transformă sperma în Ojas, ci opreşte prin puterea sa Yoghină, prin puritatea gândului, cuvântului şi a faptei, chiar formarea spermei de către glandele de secreţie ale testiculelor. Acesta este un mare secret. Alopaţii cred că şi într-un Yoghin Cordhvareta, formarea spermei continuă fără oprire şi că fluidul este reabsorbit în sânge. Aceasta este o greşeală. Ei nu înţeleg misterele şi secretele interioare Yoghine. Ei sunt în întuneric. Drishti-ul lor sau viziunea este preocupată cu lucrurile grosiere ale universului. Yoghinul penetrează în natura subtilă ascunsă a lucrurilor prin Chakshu Yoghină sau înţelepciunea viziunii interioare. Yoghinul obţine controlul asupra naturii astrale a spermei şi prin aceasta previne formarea fluidului însăşi.

Trupul unui om care este cu adevărat un Cordhvaretas are mirosul unui lotus. Un om care nu este un Brahmachari, în care sperma grosieră este formată, poate, de cealaltă parte, să miroasă ca o capră. Sperma se usucă în cei care practică Prāṇāyāma cu seriozitate. Energia seminală ascensionează către creier. Ea este stocată ca Ojas Sakti sau energie spirituală şi vine înapoi ca Amrita sau nectar.

Procesul sublimării sexuale este extrem de dificil. El necesită o Sadhana constantă şi susţinută şi o disciplină perfectă. Acel Yoghin care a realizat sublimarea perfectă are un control perfect asupra poftei trupeşti. Sublimarea completă este realizată prin meditaţie neîncetată asupra lui Atman şi realizarea de Sine. Acel Yoghin sau Juani care a atins cea mai înaltă Nirvikalpa Samādhi, în care seminţele Saṃskāras-urilor au fost arse complet, poate pretinde că este un Cordhvaretas perfect sau o persoană care a reuşit sublimarea sexuală completă. Nu mai există frică de cădere. El este perfect sigur. El va fi absolut liber

de impuritate. Acest stagiu este unul foarte înalt. O minoritate microscopică doar au atins această stare sublimă exaltată. Sankara, Dattatreya, Jana Deva şi alţii au atins acest nivel.

Există o altă sectă numită „Dhiryaretas", sau acele persoane, care, înainte au căzut pradă gândurilor adultere şi au deviat de la Brahmacharya, iar mai târziu încep să practice celibatul strict. O asemenea persoană, dacă practică celibatul strict timp de doisprezece ani, poate dobândi puteri supraomeneşti. Medha Nadi sau Buddhi Nadi este format în el. Prin intermediul acestuia, el poate avea o memorie perfectă atâta timp cât trăieşte, şi el va fi în poziţia de a învăţa tot felul de subiecte.

Prin păstrarea Brahmacharya-ei neîntrerupte în gând, cuvânt şi faptă pentru o perioadă de doisprezece ani, un om este binecuvântat chiar şi cu viziunea lui Dumnezeu, dacă aspiră la asta. El poate rezolva cea mai obscură şi complicată problemă uşor. Dar, acest tip de penitenţă trebuie să înceapă înainte de treizeci şi doi sau treizeci şi patru de ani.

Yoghinul care s-a disciplinat pe sine însuşi prin Sadhana susţintă neîntreruptă, meditaţie continuă, Prāṇāyāma şi vichara Atmică, practica Sama, Dama, Yama şi Niyama, este de asemeni sigur, deşi el nu a atins stadiul sublimării sexuale perfecte. Femeile nu îl vor atrage. El şi-a subţiat mintea. Mintea este înfometată până la moarte. Ea nu poate să-şi mai ridice gluga. Ea nu poate să mai şuiere.

Sublimarea totală este dificilă, dar nu imposibilă

Procesul sublimării sexuale este foarte dificil, şi totuşi, este cel mai necesar pentru aspirant pe calea spirituală. El este cel mai important pentru Sadhaka, indiferent dacă el este pe calea Karma Yoga, Upasana, Raja Yoga sau Vedanta. Este necesitatea fundamentală pentru un aspirant. Dacă cineva are aceasta calificare sau merit, toate celelalte merite vor veni şi se vor agăţa de el.

Toate calităţile bune vor veni singure. Trebuie să realizezi asta cu orice cost. Vei încerca cu siguranţă în naşterile viitoare. Dar de ce nu acum?

Anihilarea totală a dorinţei sexuale este idealul spiritual ultim. Sublimarea completă singură te va face liber. Dar, sublimarea perfectă cu greu poate fi dobândită într-o zi sau două. Ea cere o luptă continuă cu răbdare şi perseverenţă pentru o perioadă de timp. Chiar şi familiştii ar trebui să păstreze în faţa lor acest ideal şi să încerce să-l realizeze gradat. Dacă starea de sublimare perfectă este atinsă, va exista puritate în gând, cuvânt şi faptă. Niciun gând sexuale nu va intra în minte niciodată.

Prin Vichara constantă şi Brahma-Bhavana mintea este oprită de a mai zăbovi asupra gândurilor sexuale. Trebuie să elimini nu doar dorinţa sexuală şi impulsurile sexuale ci şi atracţia sexuală. Gândeşte-te la mizeriile pe care le obţii de la căsătorie cu variatele complicaţii şi legături. Fă mintea să înţeleagă prin autosugestie repetată că plăcerea sexuală este falsă, fără valoare, iluzorie şi plină de durere. Pune în faţa minţii avantajele, fericire, putere şi cunoaştere ale vieţii spirituale. Fă-o să înţeleagă că viaţa eternă, exaltată stă în nemuritorul Atman. Când aude constant aceste sugestii, ea va renunţa încet la vechile obiceiuri. Atracţia pentru sex va muri încet. Doar atunci sublimarea sexuală reală va avea loc. Doar atunci vei deveni un Yoghin Cordhvareta.

Există două tipuri de forţe în minte, şi anume, forţe ostile sau antagonice şi forţe prietene sau favorabile. Pasiunea este o forţă ostilă care te trage în jos. Raţiunea pură este o forţă favorabilă care te elevează şi te transmută în Divinitate. Dezvoltă aşadar, copilul meu, raţiunea pură pentru a obţine fericirea pură şi cunoaşterea Brahmică supremă. Pasiunea va muri singură.

Sublimarea sexuală poate fi atinsă dacă doreşti asta. Calea este destul de clară, dreaptă şi uşoară dacă o înţelegi şi dacă aplici cu răbdare, perseverenţă, determinare şi voinţă puternică, dacă practici disciplina Indrias-urilor, conduita corectă, gândirea corectă, acţiunea

corectă, meditaţia regulată, afirmaţia, auto-sugestia şi cercetarea „Cine sunt?”. Atman este fără sex. Atman este Mirvikara. Simte asta. Poate exista vreo urmă de poftă trupească sau impuritate în eternul, curatul Atman?

Glorie acelor Yoghini care au devenit Cordhvaretas sau au atins sublimarea sexuală completă şi care se odihnesc în propria lor Svarupa! Fie ca toţi să practicăm celibatul perfect prin practica Sama, Dama, Viveka, Vichara, Vairagya, Prāṇāyāma, Japa şi Dhyāna şi ating ţelul vieţii! Fie ca Cel ce trăieşte în inimile noastre să ne dăruiască tărie spirituală pentru a controla Indryas-urile şi mintea! Fie ca toţi să devenim Yoghini Cordhvaretas precumăankara şi Juana Dev din timpurile trecute! Fie ca binecuvântările lor să fie asupra noastră!

15. SĂ TE CĂSĂTOREŞTI SAU NU

Este celibatul posibil?

Este foarte posibil pentru un om să practice cebliatul în timp ce rămâne în lume, în ciuda faptului că sunt diverse feluri de tentaţii şi distracţii. Mulţi au realizat asta în timpurile străvechi. Sunt mulţi chiar şi în timpurile prezente de asemenea. O viaţă disciplinată, o dietă moderată şi Sattvică, studiul scripturilor religioase, Satsanga, Japa, Dhyāna, Prāṇāyāma, introspecţia zilnică şi cercetarea, auto-analiza şi auto-corecţia, Sadachara, practica Yama şi Niyama, Tapas-ul fizic, verbal şi mental în concordanţă cu învăţăturile capitolului 17 al Gita, toate vor pava calea lungă în atingerea acestui punct final. Oamenii duc o viaţă neregulată, nemoderată, ireligioasă, nedisciplinată. Din această cauză ei suferă, şi eşuează în realizarea ţelului vieţii. La fel cum un elefant îşi aruncă nisip în cap, tot aşa, ei înşişi aduc dificultăţi şi necazuri pe capul lor din cauza prostiei lor.

Cei ce practica Brahmacharya în general se plâng că obosesc mental datorită continenţei. Aceasta este doar o decepţie a minţii. Uneori ai pseudofoame, în timp ce atunci când chiar stai la masă, nu ai apetit şi nu mănânci nimic. Tot aşa, există o falsă oboseală mentală. Dacă păstrezi Brahmacharya, vei avea o tărie mentală imensă. Nu vei

putea să o simţi întotdeauna. O vei manifesta când apare ocazia, în acelaşi fel cum un luptător îşi manifestă puterea fizică în arenă, deşi el se simte un om normal în timpul zilei.

Continenţa nu este dăunătoare. Ea conservă energia. Este dătătoare de putere imensă şi pace.

Indulgenţa sexuală duce la faliment moral şi spiritual, moarte prematură, şi pierderea facultăţilor, talentelor şi capacităţilor.

Practica celibatului nu este însoţită de niciun pericol sau de vreo boală grea sau rezultate nedorite precum diverse complexe care îi sunt greşit atribuite de psihologii vestici. Ei nu au o cunoaştere practică a subiectului de faţă. Ei au o imaginaţie greşită că energia sexuală asumă deghizat variate forme de complexe precum fobia atingerii. Complexul se datorează altor cauze. Este o stare morbidă a minţii datorată geloziei excesive, urii, mâniei, fricii şi depresiei aduse de cauze variate.

Din contră, chiar şi puţină înfrânare sau puţină practică a continenţei este un ideal „ridică-mă”. Ea dă tărie interioară şi pace a minţii. Ea învigorează mintea şi nervii. Ea ajută la conservarea energiei fizice şi mentale. Îmbunătăţeşte memoria, voinţa şi puterea creierului. Oferă tărie imensă, vigoare şi vitalitate. Ea renovează sistemul sau constituţia, reconstruieşte celulele şi ţesuturile, energizează digestia şi dă puterea de a face faţă dificultăţilor în bătălia zilnică a vieţii. Virtuţile speciale ale îndurării şi curajului sunt intim conenctate cu cultivarea castităţii. Un celibatar perfect poate muta lumea, poate stopa valurile oceanului precum Domnul Iisus, poate distruge munţi, poate comanda natura şi cele cinci elemente precum Juana Dev. Nu există nimic în cele trei lumi care să nu poată fi realizat de el. Toate Siddhis-urile şi Riddhis-urile se rostogolesc la picioarele lor.

Un argument prostesc al materialiştilor

Unii oameni ignoranţi spun: „Nu este corect să oprim pasiunea. Nu trebuie să mergem împotriva naturii. De ce a creat Dumnezeu femei tinere şi frumoase? Trebuie să

existe sens în creaţia Lui. Ar trebui să ne bucurăm de ele şi să procreăm cât mai mulţi copii posibil. Ar trebui să păstrăm linia urmaşilor. Dacă toţi oamenii ar deveni Sannyasini şi ar merge în păduri, ce se va întâmpla cu această lume? Se va sfârşi. Dacă oprim pasiunea, ne vom îmbolnăvi. Trebuie să avem mulţi copii. Există fericire într-o casă când avem mulţi copii. Fericirea vieţii căsătorite nu poate fi descrisă în cuvinte. Este a-fi-totul sau a-termina-totul în viaţă. Nu îmi plac Vairagya, Tyaga, Sannyasa şi Nivritti". Aceasta este filosofia lor crudă. Ei sunt descendenţi direcţi ai lui Charvaka şi Virochana. Ei sunt membri pe viaţă ai şcolii Epicuriane ai gândului. Lăcomia este ţelul vieţii lor. Mulţi sunt cei care îi urmează. Ei sunt prietenii lui Satan. Admirabilă este filosofia lor!

Când îşi pierd proprietăţile, soţia şi copii, când suferă de o boală incurabilă, vor spune, „O Dumnezeule, eliberează-mă de această boală teribilă. Iartă-mi păcatele. Sunt un mare păcătos".

Pasiunea ar trebui oprită cu orice preţ. Nici o singură boală nu vine prin oprirea pasiunii. Din contră, vei avea o putere imensă, bucurie şi pace. Există de asemenea metode eficiente pentru a controla pasiunea. Un om ar trebui să ajungă la Atman, care este dincolo de natură, mergând împotriva naturii. La fel cum un peşte înoată împotriva curentului într-un râu, tot aşa, şi tu va trebui să te mişti împotriva curenţilor lumeşti ai forţelor rele. Doar atunci poţi avea realizarea de Sine. Pasiunea este o forţă malefică; şi ar trebui să fie oprită dacă doreşti să te bucuri de fericire Atmică nepieritoare. Plăcerea sexuală nu este deloc plăcere. Este o deziluzie mentală. Este însoţită cu pericole, durere, frică, eforturi şi dezgust. Dacă ştii Yoga sau ştiinţa lui Atman, poţi foarte uşor să controlezi această maladie groaznică, care este pasiunea. Dumnezeu vrea să te bucuri de fericirea lui Atman, care poate fi obţinută renunţând la toate aceste plăceri ale acestei lumi. Aceste femei frumoase şi bogăţia sunt instrumente ale Maya pentru a te păcăli şi atrage în plasa ei. Dacă vrei să rămâi întotdeauna un om lumesc cu gânduri joase, dorinţe

înjositoare, poţi să faci asta. Ai libertate totală. Te poţi căsători cu trei sute cincizeci de soţii şi poţi face la fel de mulţi copii. Nimeni nu te poate opri.

Dar vei afla curând că această lume nu îţi poate da satisfacţia pe care o vrei, deoarece toate obiectele sunt condiţionate în timp, spaţiu şi cauzalitate. Există moarte, boală, bătrâneţe, griji, anxietăţi, frică, pierdere, eşecuri dezamăgitoare, abuzul, căldura, frigul, muşcăturile de şarpe, înţepăturile scorpionilor, cutremurele şi accidentele. Nu poţi deloc să afli pacea minţii nici măcar pentru o secundă.

Cum mintea este plină cu pasiune şi impuritate, înţelegerea ta este întunecată şi intelectul este pervertit acum. Nu eşti în stare să înţelegi natura iluzorie a universului şi fericirea eternă a lui Atman.

Pasiunea poate fi oprită eficient. Există metode potente. După oprirea pasiunii, te vei bucura de fericirea reală din interior a lui Atman. Nu toţi bărbaţii pot deveni Sannyasini. Ei au diverse legături şi ataşamente. Ei sunt pasionaţi şi nu pot, aşadar, părăsi lumea. Ei sunt ţintuiţi de soţii, copii şi proprietate. Propunerea ta este în întregime greşită. Este Asambhava. Este imposibilă. Ai auzit în analele istoriei lumii că această lume a devenit vacantă deoarece toţi bărbaţii au devenit Sannyasini? Atunci, de ce aduci în discuţie această propunere absurdă? Aceasta este o şmecherie ingenioasă a minţii de a sprijini argumentele prosteşti şi filosofia satanică, care are pasiunea şi gratificarea sexuală drept principii importante. Nu mai vorbi aşa în viitor. Asta dovedeşte prostia ta şi natura ta pasională. Nu te preocupa cu această lume. Vezi-ţi de treabă. Dumnezeu este atotputernic. Chiar dacă această lume este complet evacuată când toţi oamenii se vor retrage în păduri, Dumnezeu imediat va crea zeci de milioane de oameni doar prin simpla voinţă, într-o clipită. Nu e grija ta asta. Găseşte metode pentru a eradica pasiunea.

Mariajul nu poate fi considerat un factor indispensabil în viaţa fiecăruia. Mai degrabă, un adevărat

aspirant ar trebui cu siguranţă să se distanţeze, de cătuşele vieţii de familie. Pentru el, mariajul constituie un blestem; în timp ce pentru un om cu o dispoziţie pentru pofte trupeşti pentru care este extrem de dificil să treacă peste pasiunea carnală, este un fel de îngrădire şi o supapă de protecţie pentru nesăbuinţa lui morală. Mariajul este aşadar, prescris pentru cei – şi se aplică majorităţii oamenilor – care nu sunt încă pregătiţi pentru o viaţă de înfrânare absolută şi astfel este considerat de ei ca un angajament solemn, şi cu siguranţă nu ca o licenţă pentru plăceri.

Nu este neapărat necesar ca fiecare om născut în această lume să se căsătorească. Mariajul este menit să reguleze viaţa unui om în lume. Fără instituţia mariajului în societate, viaţa ar deveni neregulată şi bestială. Dar, unde nu există pasiune în inimă, unde dorinţa pentru Dumnezeu este puternică, unde există o tendinţă pentru scopuri spirituale, mariajul nu este obligatoriu. Un asemenea om poate duce o viaţă de Naishthik Brahmachari.

Părinţii nu ar trebui să-şi forţeze fii să se căsătorească. Ei ar trebui să nu pună piedici Saṃskāras-urilor spirituale ale copiilor lor. Mulţi tineri în care există o trezire spirituală îmi scriu cuvinte vrednice de milă: „Dragă Swmiji, inima mea bate pentru lucruri spirituale mai înalte. Nu mă interesează chestiunile lumeşti. Circumstanţele nu sunt favorabile. Sunt înlănţuit în plasele mariajului. Părinţii mei m-au forţat, mai mult împotriva voinţei mele, să mă căsătoresc. A trebuie să fac pe plac părinţilor mei. Ei m-au ameninţat în diverse feluri. Acum plâng. Ce să fac?” Băieţi tineri, care nu au nicio idee despre această lume şi această viaţă, sunt căsătoriţi de la vârsta de opt sau zece ani.

Vedem copii care nasc copii. Sunt mame copii. Un băiat de optsprezece ani are trei copii. Ce stare a lucrurilor oribilă! Mariajele timpurii au adus pierderea timpurie a spermei. Există degenerare fizică şi mentală. Nu mai există longevitate. Toţi trăiesc puţin. Naşterea

frecventă distruge sănătatea femeilor şi aduce în trup alte dureri.

Ai adoptat diverse obiceiuri din Vest în chestiuni legate de îmbrăcăminte şi modă. Ai devenit o creatură a imitaţiilor groaznice. Ei, în Vest, nu se căsătoresc dacă nu sunt în stare să menţină decent o familie. Ei au mai mult control. Mai întâi îşi asigură o stare decentă în viaţă, câştigă bani, economisesc ceva şi apoi doar se gândesc la mariaj. Dacă nu au suficienţi bani, rămân celibatari toată viaţa. Ei nu vor să aducă cerşetori în această lume în aceiaşi manieră în care o faceţi voi. Cel ce a înţeles magnitudinea suferinţei umane în această lume nu va îndrăzni niciodată să aducă pe lume nici măcar un singur copil din pântecul unei femei.

Natura dragostei dintre soţ şi soţie

Dragostea dintre soţ şi soţie este în principal fizică, egoistă şi ipocrită. Nu este constantă. Este de efemeră şi schimbătoare. Este doar pasiune carnală. Este apetit sexual. Este întinată cu emoţii joase. Este de natură bestială. Ea este finită. Dar dragostea divină este infinită, pură, atotpătrunzătoare şi eternă. Nu se pune problema divorţului aici.

În realitate, nu există uniune internă între soţ şi soţie în marea majoritate a cazurilor. Savitri şi Satyavan, Aţi şi Anasuya sunt foarte, foarte rare în aceste zile. Pentru că soţii şi soţiile sunt uniţi la exterior numai pentru scopuri egoiste, există doar zâmbet şi dragoste externă. Este doar un spectacol.

Pentru că nu există uniune adevărată în inima inimilor, există întotdeauna un fel de fricţiune şi ruptură, feţe încruntate şi cuvinte fierbinţi, în fiecare casă. Dacă soţul nu îşi duce soţia la cinema, vor exista lupte în casă. Poţi numi asta dragoste adevărată? Este o afacere mercenară, comercială.

Din cauza poftei trupeşti, bărbaţii şi-au pierdut integritatea, independenţa şi demnitatea. Ei au devenit sclavii femeilor. Ce spectacol vrednic de milă vezi! Cheia este cu soţia, şi chiar pentru două rupii, soţul trebuie să

întindă mâna spre ea. Cu toate acestea el spune, din cauza iluziei şi intoxicării pasiunii, „Am o soţie dulce, iubitoare. Ea este cu adevărat o Mira! Poate fi cu avedărat venerată!”

În dragostea mercenară, nu poate exista fericire adevărată între cei doi, iubitorul şi persoana iubită. Dacă soţul este pe moarte, soţia ia carnetul de cecuri şi pleacă la mama ei în linişte. Dacă soţul îşi pierde serviciul pentru un timp, soţia se încruntă, vorbeşte cuvinte aspre şi nu îl serveşte corespunzător cu dragoste. Aceasta este dragostea egoistă. Nu există afecţiune adevărată din centrul inimii. Astfel există întotdeauna certuri, lupte şi Aşanti în casă. Soţii şi soţiile nu sunt uniţi cu adevărat. Ei continuă totuşi, să ducă o existenţă lipsită de bucurii.

Pasiunea nu este deloc dragoste. Este instinct animalic. Este dragoste carnală. Este de natură bestială. Este schimbătoare. Dacă soţia îşi pierde frumuseţea din cauza unei maladii incurabile, ea obţine divorţul iar soţul se căsătoreşte cu o altă soţie. Această stare a lucrurilor este prezentă peste tot în lume.

Un soţ îşi iubeşte soţia nu de dragul soţiei, ci de dragul lui însuşi. El este egoist. El aşteaptă plăcere senzuală de la ea. Dacă lepra sau variola îi distrug frumuseţea, dragostea lui pentru ea încetează. Când soţia moare, soţul este înecat în durere, nu datorită pierderii partenerului iubitor în viaţă, ci deoarece el nu poate obţine plăcere sexuală acum.

Când soţia este tânără şi frumoasă, îi admiri părul cârlionţat, obrajii roşii, nasul fin, pielea strălucitoare şi dinţii albi. Când îşi pierde frumuseţea din cauza unei maladii incurabile cronice, ea nu mai reprezintă o atracţie pentru tine. Te căsătoreşti cu o a doua soţie. Ţi-ai iubit prima soţie cu Atma-Bhav, dacă ai fi avut înţelegere cuprinzătoare că Sinele în tine şi în soţia ta este la fel, dragostea pentru ea ar fi fost pură, neegoistă, nepieritoare şi neschimbătoare.

Doar Juana intensifică Prem şi o face să dăinuie.

Dragostea fizică este animalism. Dragostea trupului

sau pielii este pasiune. Este pasiune exaltată şi rafinată. Este grosieră şi senzuală. Pasiunea pentru carne sau trup nu este pură sau dragoste reală. Ea este doar Moha sau infatuare născută din ignoranţă. Faci păcate şi îţi omori sufletul din cauza acestei pasiuni.

Chiar şi surorile noastre cu faimă proastă arata pentru un timp dragoste abundentă, zâmbet dulce şi cuvinte de miere către clienţi. Fac asta atâta timp cât pot extrage bani. Poţi numi asta dragoste şi fericire reală? Spune-mi sincer. Există viclenie, diplomaţie, necinste şi ipocrizie aici. Nu există elementul de sacrificiu în această dragoste.

Să fii un celibatar? Sau un familist?

Numai pentru oamenii pătimaşi viaţa de familie sau Grihastha Ashram este recomandată, deoarece ei nu pot să-şi controleze pofta trupească. Dacă o persoană este născută cu suficiente Saṃskāras spirituale, Viveka şi Vairagya înnăscute, precum Sankara sau Sadasiva Brahman, el nu trebuie să intre în Grihashtha Ashram. El va îmbrăţişa Sannyasa şi va lua asupra lui Naishthik Brahmacharya. Śrutis de asemenea sprijină asta. Spune Jabala Upanishad: „Renunţă la lume chiar în ziua în care obţii Vairagya”.

Pentru unii, căsătoria împiedică progresul spiritual; pentru alţii, ajută. Pentru Raja Bhartrihari, a fost un obstacol; pentru sfântul Tukaram, a fost un ajutor. Omul ajunge la acelaşi ţel pe un drum mai lung. Haideţi să facem drumul mai scurt. Să preferăm scurtătura în locul plimbării lungi. Aceasta doreşte omul întotdeauna.

O viaţă de celibat este de o sută de ori mai bună decât o viaţă de Grihasthi. Cred în celibat, pentru că este lucrul care scoate la lumină puterile ascunse din om. Brahmacharya este calea dreaptă către realizarea lui Dumnezeu; mariajul este drumul şerpuit. Primul este preferabil faţă de ultimul, dar omul alege calea din urmă din cauza pasiunilor joase.

Realizarea Sinelui, totuşi, nu este negată chiar şi unui Grishasthi doar pentru că el poartă pe umeri povara

familiei. Sfântul Tukaram a fost căsătorit de două ori şi a avut copii; totuşi, el a ajuns la Vaikuntha într-o Vimana sau aeroplan. Dacă perspectiva ta asupra vieţii lumeşti este simplă, adevărată şi onestă, dacă viitorul tău partener este o persoană pioasă şi care se va supune ţie în toate chestiunile, nu e nicio problemă să te căsătoreşti. Dar dacă viaţa în cuplu este mai probabil să fie o povară, un blestem, de ce ar trebui cineva să se căsătorească şi să se prindă în lanţuri care nu pot fi tăiate dintr-o lovitură?

Dacă vrei să păstrezi celibatul strict, nu te căsători. Nu te lăsa păcălit spunând; „Voi observa celibatul strict după căsătorie". După aceea îţi vor fi oferite alte argumentne pentru a renunţa la jurământul celibatului. Dharma ta este realizarea lui Dumnezeu.

Ai avut suficiente ocazii de a-ţi satisface plăcerile sexuale în precedentele trupuri de diverse animale. Viaţa animală este menită pentru satisfacerea poftelor joase ale sexului şi ale limbii, dar viaţa umană este menită pentru scopuri mai înalte. De ce tu, omule, arzi copacul de santal pentru a servi scopul cărbunelui? Această viaţă umană este foarte preţioasă, invidiată chiar şi de zei. O viaţă pierdută înseamnă o oportunitate de aur pierdută în aflarea lui Dumnezeu.

Plăcerea senzuală este amăgitoare. Atâta timp cât o persoană nu posedă obiectul dorinţei, există ataşament. După obţinerea obiectului dorit, el află că este încurcat în el. Celibatarul se gândeşte zi de zi la mariaj, dar acesta nu poate să-i aducă satisfacţie. Departe de asta, doar îi agravează şi intensifică dorinţa şi îi face mintea mai greu de stăpânit prin pasiune şi dorinţă. El realizează că este într-o puşcărie. Aceasta este o păcăleală a Maya-ei. Lumea este plină de tentaţii.

Nu poţi găsi fericirea în obiectele lumii. Este doar otravă materialistă. Mai mult, mariajul este o închisoare pe viaţă. Este cea mai mare legătură pe pământ. Celibatarul care a fost odată liber este subjugat iar mâinile şi picioarele lui sunt încătuşate. Aceasta este experienţa tuturor oamenilor căsătoriţi. Aşadar, nu te căsători dacă

este posibil. Scăparea va fi dificilă după căsătorie. Realizează gloria unei vieţi pe calea spirituală şi marile dificultăţi, anxietăţi, temeri şi necazuri care însoţesc mariajul. Dezvoltă Vairagya intensă. Revendică-ţi dreptul din naştere la realizarea conştiinţei lui Dumnezeu.

Nu eşti tu însuşi Brahman în adevăr?

O soţie este un cuţit ascuţit pentru a tăia viaţa soţului. Dacă colierul din aur şi sariul din mătase de Benares nu sunt cumpărate, soţia se încruntă la soţ. Soţul nu poate obţine mâncarea la timpul potrivit. Soţia stă în pat sub falsul pretext al unei colici abdominale conice. Poţi vedea acest spectacol în propria ta casă şi experienţa zilnică. Într-adevăr nu trebuie să-ţi spun multe.

Aşadar, căsătoreşte-te cu Santi şi dobândeşte Vairagya, vrednice fiu, şi Viveka, mărinimoasă fiică şi mănâncă fructul divin delicios al lui Atma-Jnana, care te face nemuritor.

O soţie este doar un lux. Nu este o necesitate absolută. Fiecare familist plânge după căsătorie. El spune: „Fiul meu este bolnav de febră tifoidă. A doua fiică urmează să se mărite. Am datorii de plătit. Soţia mă bate la cap să-i cumpăr un colier din aur. Ginerele meu cel mare a murit recent”.

Nu te căsători. Nu te căsători. Nu te căsători. Scăparea va fi dificilă după căsătorie. Mariajul este cea mai mare încătuşare. Femeia este o sursă constantă de probleme şi necazuri. Ce au făcut Buddha, Pattinattu Swami, Bhartrihari şi Gopichand? Nu au trăit în pace şi confort fără femeie?

Pofta trupească este cel mai mare duşman pe pământ. Devorează omul. O mare depresie urmează actului sexual. Trebuie să munceşti mult pentru a câştiga bani pentru a fi pe plac soţiei şi a-i satisface nevoile şi luxul. Comiţi diferite păcate pentru dobândirea banilor. Mental împărtăşeşti durerile ei şi problemele şi mizeriile copiilor tăi de asemenea. Trebuie să te îngrijorezi într-o mie şi una de feluri cum să-ţi conduci familia. Cum două minţi nu pot fi de acord, vor exista întotdeauna certuri în casă. Trebuie

să-ţi multiplică nevoile şi responsabilităţile fără a fi necesar. Intelectul este pervertit. Datorită pierderii masive a fluidului seminal, vei suferi de boli, depresie, slăbiciune şi pierderea vitalităţii. În consecinţă, vei avea o moarte prematură.

Aşadar, devino un Akhanda Brahmachari sau un celibatar pe viaţă. Eliberează-te de toate mizeriile, problemele şi necazurile.

În prezenţa luminii, nu poţi avea întuneric. În prezenţa plăcerilor sexuale, fericirea Atmică nu poate exista. Cei din lume vor plăceri sexuale şi fericire Atmică în acelaşi timp, în acelaşi pahar. Aceasta este o imposibilitate absolută. Ei nu pot renunţa la cele lumeşti, la plăcerile senzuale. Ei nu pot avea Vairagya adevărată în inimile lor. Ei vorbesc mult. Oamenii lumeşti îşi imaginează că sunt fericiţi deoarece ei obţin câţiva biscuiţi cu ghimbir, câţiva bani şi o femeie.

Ce se poate cere mai mult de la ei, biete creaturi? Mai mulţi cerşetori sunt aduşi în lume prin desfrâu. Toate plăcerile lumeşti apar ca nectar la început, dar devin otravă virulentă în final. Când cineva este înlănţuit în viaţa familială, cu greu poate rupe diversele legături ale Moha. Aşadar, renunţă la această viaţă iluzorie. Nu te teme. Controlează Indriyas-urile şi mintea. Vei dezvolta Vairagya. Vei fi stabilit perfect în Brahmacharya.

Akhanda Brahmachari

Dacă poţi rămâne ca un Akhanda Brahmachari, un celibatar neîntrerupt, pentru o perioadă de doisprezece ani, vei reuşi realizarea lui Dumnezeu imediat fără nicio altă Sadhana. Vei realiza ţelul vieţii. Fii atent la cuvântul Akhanda'.

Energia seminală este o Sakti potentă. Sperma este Brahman însuşi. Un Brahmachari care a practicat celibatul neîntrerupt pentru doisprezece ani va atinge starea Nirvikalpa în clipa în care aude Mahavakya, „Tat Tvam Asi", deoarece mintea lui va fi extrem de pură, puternică şi concentrată.

Un Akhanda Brahmachari, care, pentru o

perioadă de doisprezece ani, nu a permis nici măcar unei picături de spermă să iasă afară, va intra în Samādhi fără niciun efort. Prana şi mintea sunt controlate perfect. Bala Brahmacharya este termenul sinonim pentru Akhanda Brahmacharya. Un Akhanda Brahmachary are o Dharana Sakti puternică, Smriti Sakti şi Vichara Sakti – putere de înţelegere, memorie şi putere de introspecţie. El nu trebuie să practice Manana şi Nididhyasana, reflecţia şi meditaţia. Dacă el aude Mahavakya o singură dată, el va realiza Sinele imediat. Intelectul său e pur, şi înţelegerea lui este extrem de clară. Akhanda Brahmacharini sunt foarte, foarte rari; dar există câţiva. Tu de asemenea poţi deveni un Akhanda Brahmachari dacă încerci cu adevărat.

Va trebui să fii foarte atent la reacţiile tale. Indriyas-urile care sunt restrânse pentru câteva luni, sau unul sau doi ani, devin rebele dacă nu eşti vigilent şi atent întotdeauna.

Ele se revoltă şi te trag în jos când apare ocazia. Unii oameni păstrează Brahmacharya pentru unul sau doi ani şi apoi devin mai pătimaşi şi cheltuie energie considerabilă în final.

Unii devin epave morale de asemenea.

Părul încâlcit şi aplicarea cenuşei pe frunte şi trup nu fac pe cineva un Akhanda Brahmachari. Acel Brahmachari care a controlat trupul fizic şi Indriyas-urile fizice, dar care constant se gândeşte la sex, este un ipocrit confirmat. El nu ar trebui să fie niciodată un om în care să-ţi pui încrederea. El poate deveni o ameninţare în orice clipă.

16. PERICOLELE ANTURAJULUI PROMISCUU

Nu fi prea familiar cu nimeni. Familiaritatea naşte dispreţul. Nu îţi fă prea mulţi prieteni. Nu îţi fă prieteni printre femei. Nu fi familiar cu ele. Familiaritatea cu femeile va duce în final la distrugerea ta. Niciodată, niciodată să nu uiţi asta.

Prietenii sunt adevăraţii tăi duşmani.

Nu te amesteca cu membrii sexului opus. Maya

lucrează prin subcurenţi aşa de ascunşi încât nu vei fi conştient de cădere. Vasana sexuală îşi va asuma o formă gravă dintr-odată şi fără să te anunţe. Vei comite adulter şi apoi îţi va părea rău.

Atunci caracterul tău şi faima vor dispărea. Dezonoarea înseamnă mai mult decât moartea. Nu există crimă mai atroce decât asta. Nu există Prayaschitta pentru asta. Aşadar ai grijă. Fii precaut.

Bhagavan Dattatreya a comparat femeia cu o groapă de foc şi omul cu o oală cu ghee. Când cel din urmă vine în contact cu prima, se distruge. Aşadar, abandoneaz-o.

Dacă se întâmplă să locuieşti într-o Dharmashala sau hotel public, dacă există o singură femeie într-o cameră învecinată, părăseşte locul imediat. Nu ştii ce se va întâmpla. Este întotdeauna recomandabil să părăseşti zona de pericol imediat, indiferent cât de puternic ai fi prin prin practica Tapas-ului şi a meditaţiei. Nu te expune tentaţiei.

Nu îţi testa tăria spirituală şi puritatea când eşti începător pe calea spirituală. Nu te grăbi să intri în asocieri malefice când eşti un neofit spiritual pentru a dovedi că ai curaj să stai faţă în faţă cu păcatul şi impuritatea. Ar fi o greşeală serioasă. Vei merge către un pericol mare. Vei avea o cădere rapidă. Un foc mic va fi uşor stins de o grămadă de nisip.

Ar trebui să te ţii departe de femei la începutul practicii. După ce eşti perfect modelat şi bine stabilit în Brahmacharya, îţi poţi testa puterea în compania femeilor cu precauţie pentru un timp. Dacă mintea este foarte pură atunci, dacă nu există ideea de sex, dacă mintea încetează să acţioneze prin practica Uparaţi, Sama şi Dama, ţine minte că ai câştigat tărie spirituală adevărată şi ai făcut progres considerabil în Sadhana.

Eşti sigur acum. Nu ar trebui să-ţi opreşti Sadhana gândind că eşti un yoghin Jitendriya. Dacă o opreşti, vei avea o cădere fără sigură.

Chiar şi aspiranţii avansaţi care au făcut un mare progres în Yoga ar trebui să fie foarte atenţi. Ei nu ar trebui să se amestece liber cu femeile. Ei nu ar trebui să-şi

imagineze prosteşte că au devenit mari adepţi în Yoga. Un mare sfânt cu reputaţie a avut o cădere. El s-a amestecat cu femile şi şi-a făcut femei discipoli, cărora le-a permis să-i maseze picioarele. Cum energia sexuală nu era complet sublimată şi transformată în Ojas, cum pofta trupească era ascunsă în formă subtilă în mintea lui, el a devenit victima pasiunii. El şi-a pierdut reputaţia. Dorinţa sexuală era doar suprimată în el, şi când o oportunitate potrivită a apărut, ea a luat o formă gravă. El nu a avut putere sau voinţă să reziste tentaţiei.

Un alt mare suflet, care era privit de discipolii săi ca fiind un Avatar, a devenit un Yoga-Bhrashta. El de asemenea s-a amestecat liber cu femeile şi a comis o greşeală serioasă. El a devenit o pradă a poftei trupeşti. Ce nenorocire tristă! Aspiranţii se caţără cu mare dificultate pe scara Yoga şi sunt irecuperabil pierduţi pentru totdeauna din cauza neatenţiei şi mândriei spirituale.

Haosul cauzat de imaginile mentale

Prezenţa, amintirea, unei femei de obicei excită idei josnice în minţile pustnicilor care au abandonat această lume şi s-au devotat exerciţiilor spirituale şi astfel îi privează de fructul austerităţii lor. Este foarte dificil să înţelegi prezenţa poftei subtile în minţile altora, în special în pustnici izolaţi, deşi înfăţişarea, tonul, gesturile, îmbrăcămintea şi comportamentul pot oferi indicii.

Urmăreşte cu atenţie cum Rja Bhartrihari a strigat în timpul Sahanei sale: „O Doamne! Mi-am părăsit soţia, pământurile. Trăiesc cu frunze, fructe şi rădăcini. Pământul este patul meu. Cerul albastru pătura mea. Casă îmi sunt hainele. Cu toate astea, pasiunea nu m-a părăsit”. Aceasta este puterea pasiunii.

Jérôme scrie virginului Eustochium despre lupta lui pentru abstinenţă şi puterea poftei trupeşti: „Oh, de câte ori când mă aflam în deşert, în acea solitudine vastă care, ars de căldura soarelui, nu oferă decât o viaţă oribilă călugărilor, îmi imaginam că sunt printre deliciile Romei! Eram singur. Membrele erau acoperite de un sac nenorocit şi pielea era neagră ca a etiopienilor. În fiecare zi

plângeam şi mă văitam, şi dacă eram doborât de somn împotriva voinţei mele, trupul meu slab stătea pe pământul gol. Nu mai spun nimic de mâncare şi băutură, pentru că în deşert, chiar şi invalizii nu au nimic de băut decât apă rece. Ei bine, eu care de frica iadului m-am condamnat pe mine însumi la această închisoare, în compania scorpionilor şi a bestiilor sălbatice, adesea mi se părea în imaginaţie că sunt printre un grup de fete. Faţa îmi era palidă din cauza postului şi mintea în trupul rece ardea de dorinţă; focul poftei încă ar arde într-un trup care deja pare mort”. Aceasta este puterea poftei.

Mintea este sămânţa lumii. Mintea este cea care creează lumea. Nu există lume separată de minte. Imaginile tuturor obiectelor sunt conţinute în minte. Mintea se joacă cu aceste imagini când nu poate obţine obiectele şi creează haos. Dacă tu te gândeşti constant la imaginea Domnului, imaginile obiectelor vor muri singure.

Fructul interzis – testul lui Dumnezeu pentru aspirantul spiritual

Dumnezeu plasează câteva tentaţii în faţa aspirantului pentru a-i testa puterea spirituală. El îi dă de asemenea tăria de a cuceri tentaţiile. Cea mai puternică tentaţie în această lume este pofta. Toţi sfinţii au trecut prin ispite. Ispitele sunt profitabile. Oamenii sunt instruiţi şi întăriţi.

Chiar şi Buddha a fost testat pentru puritatea lui mentală. El a trebuit să faţă faţă la tot felul de ispite. El a trebuit să se confrunte cu Mara. Doar atunci, şi numai atunci, el a avut iluminarea sub copacul Bodhi în Gaya. Satan la ispitit pe Iisus în diverse feluri. Pasiunea este foarte puternică. Mulţi aspiranţi cad la teste. O persoană trebuie să fie foarte atentă. Aspirantul va trebui să dezvolte un foarte înalt standard de puritate mentală. Doar atunci el va putea să susţină testul. Dumnezeu va plasa aspiranţii în circumstanţe foarte nefavorabile pentru a-i testa. Ei vor fi tentaţi de fete tinere.

Numele şi faima aduc familiştii în contact strâns cu aspiranţii. Femeile încep să îi venereze. Ele devin

discipolele lor. Gragual aspiranţii vor avea o cădere dureroasă. Ei nu ar trebui să-şi arate Chamatkaras-urile.

Deşi Rishi Visvamitra practica austerităţi severe, el a fost luat de val prin intermediul simţurilor când a trecut pe lângă nimfele cereşti trimise de Indra pentru a-i deranja Tapasul. Dacă Visvamitra şi Parasara care trăiau cu frunze, aer şi apă au căzut victime ale poftei trupeşti, care ar trebui să fie soarta oamenilor lumeşti care trăiesc cu mâncare bogată? Dacă ei îşi pot controla pasiunea, muntele Vindhya va pluti pe ocean, focul va arde în jos.

Instinctul sexual este cel mai puternic. Imboldul sexual este formidabil. Se poate ascunde în compartimente secrete ale minţii şi te poate ataca atunci când nu eşti vigilent. Te va ataca cu forţă dublă. Visvamitra a căzut victimă a lui Menaka. Un alt mare Rishi a devenit o pradă a lui Rambha. Jaimini a devenit excitat de o falsă femeie Masa. Un Rishi puternic a fost excitat privind împerecherea a doi peşti. Un aspirant familist a păcătuit chiar cu soţia Gurului său. Mulţi aspiranţi nu sunt conştienţi de această dorinţă secretă, un duşman terifiant. Ei gândesc că sunt siguri şi puri. Când sunt testaţi, devin victime neajutorate. Întotdeauna rămâi singur, meditează şi ucide acest imbold.

Banii şi femeile strălucesc mai puternic decât Dumnezeu pentru un om pătimaş şi ignorant. Maya este puternică. Adam a căzut din cauza unui moment de neatenţie. Eva la ispirit din cauza unei singure dorinţe. Fructul oprit se va coace în faţa ochiului uman imediat. Un afiş va arăta ca o Deva celebră şi te va face să te înclini în obedienţă totală în faţa lui. Fii atent la Maya şi la capcanele ei. Lanţurile din aur pot fi tăiate imediat, dar nu şi ţesăturile din mătase ale Maya-ei. Un singur moment de neatenţie este suficient pentru a răsturna întreg coşul cu perle, în abisul negru al pasiunii şi poftei trupeşti.

Maya învăluie chiar şi pe cei înţelepţi, dacă sunt neatenţi chiar pentru un minut. Aşadar, vigilenţa permanentă este necesară pe calea spirituală. Proverbul spune: „Nu tot timpul îţi iese aşa cum plănuieşti”. Înainte

de a începe să mănânci fructul înţelepciunii, maimuţa Maya ţi-l va fura din mână. Chiar dacă îl înghiţi, îţi poate rămâne în gât. Aşadar trebuie să fii foarte vigilent şi atent până când atingi Bhuma sau cea mai înaltă realizare. Nu ar trebui să opreşti Sadhana gândind greşit că ai atins ţelul.

Cel ce trăieşte izolat este mai expus la ispite şi pericole. El va trebui să fie foarte atent şi vigilent. Mintea te va tenta să faci orice pentru că nu e nimeni să vadă acţiunea ta rea. Toate Vrittis-urile rele suprimate vor aştepta pentru oportunitatea de a-l ataca cu forţă dublă. El este la fel ca un om care este pus într-o pungă mare cu un tigru, un şarpe şi un urs. Duşmanii mânia, pofta şi lăcomia te vor lua prin surprindere. Când mergi singur pe calea spirituală, ei te vor ataca precum hoţii care atacă trecătorul singur în pădurea deasă. Aşadar, fii întotdeauna în compania celor înţelepţi. Nu merge alături.

17. OPREŞTE PRIVIREA ADULTERĂ!

Un gentleman care a renunţat la fumat şi la băut doreşte să practice Brahmacharya, deşi este căsătorit. Soţia lui nu are nicio obiecţie, dar el găseşte această disciplină greu de susţinut; în special, necazul pare să fie în a controla simţul privirii. „Strada este principalul meu inamic”, mi-a spus el recent. Asta înseamnă că ochii sunt atraşi de femei bine îmbrăcate.

Un alt aspirant spune, „În timp ce practic Prāṇāyāma, Japa şi meditaţia, mintea mea nu este poluată nici dacă văd femei pe jumătate dezbrăcate. Dar când opresc practica, nu sunt în stare să îmi controlez privirea şi sunt atras de femeile frumoase de pe stradă şi afişele cu femei pe jumătate dezbrăcate puse în faţa caselor de fotografii. Plaja şi Magazinele sunt duşmanii mei”.

Cei ce practică Brahmacharya ar trebui să-şi controleze impulsul sexual al privirii. Acest tip de impuls este o mare ameninţare, pentru că stimulează curiozitatea şi dorinţa sexuală. Vasanas-urile cresc din privirea adulteră.

Să priveşti o femeie crează dorinţa de a vorbi cu ea.

Să vorbeşti cu o femeie creează dorinţa de a o atinge. În final vei avea o minte impură şi vei cădea victimă. Aşadar, nu privi niciodată la femei. Nu vorbi niciodată cu femei în privat. Nu fi familiar cu nicio femeie.

Fii atent la sentimentele din spatele privirii!

Nu e nimic rău să priveşti un obiect frumos; dar va trebui să dezvolţi un Bhav divin. Va trebui să simţi că totul este manifestarea lui Dumnezeu. Purifică-ţi gândurile şi sentimentele. Puritatea este Brahman. Tu eşti pur în esenţă. Tu eşti întruchiparea purităţii, O Ram. Repetă mental formula, „Suddhoham, Suddhoham. Eu sunt puritatea, eu sunt puritatea”, şi atinge starea de puritate fără egal de odinioară.

Nu ai o privire pătimaşă când îţi priveşti mama sau sora deşi ele sunt frumoase, bine îmbrăcate şi decorate cu ornamente şi flori. Le priveşti cu afecţiune şi dragoste pură. Aceasta este Suddha Bhavana. Nu există idei pătimaşe. Va trebui să dezvolţi o asemenea dragoste pură sau Bhavana când te uiţi la alte femei de asemenea. Dacă există impuritate în spatele privirii, este echivalentă cu adulterul. Este una dintre formele de Maithunam. Acesta este motivul pentru care Domnul Iisus spune, „Dacă te uiţi poftind la o femeie, ai comis deja adulter în inima ta”.

Nu e rău să te uiţi la o femeie, dar trebuie să ai o privire perfect castă. Trebuie să ai Atma-Bhav. Când te uiţi la o femeie tânăro, poţi gândi: „Mă înclin în faţa Ta, O Mamă A. Tu eşti o imagine sau manifestare a mamei Kali. Nu mă tenta. Nu mă ademeni. Am înţeles acum secretul Maya-ei şi al creaţiei sale. Cine a creat aceste forme? Există un omnipotent, atoate-pătrunzător şi mult milostiv Creator în spatele acestor nume şi forme. Aceasta este o frumuseţe falsă, putredă. El este izvorul frumuseţii. Lasă-mă să realizez această Frumuseţe a frumuseţilor prin meditaţie”. Va trebui să cultivi sentimente de devoţiune, admiraţie şi teamă când priveşti la o formă ademenitoare amintindu-ţi Creatorul acelei forme.

Atunci nu vei mai fi tentat. Dacă eşti student al Vedantei, gândeşte şi simte: „Totul este Sine. Numele şi

formele sunt iluzorii. Ele sunt picturi ale Maya. Ele nu au o existenţă independentă în afara Sinelui”.

Dacă cineva nu ar trebui să se uite la o femeie, cum reuşeau Rishis din trecut să facă cunoscută Atma-Jnana femeilor? De ce le păstrau în compania lor pentru serviciu?

Dictonul, „Nu privi nici măcar fotografia unei femei”, este pentru oamenii pasionaţi care nu au control de sine. Yajnavalkya a învăţat Atma-Vidya pe soţia sa Maitreyi. Raikva a fost servit de fiica Regelui Janasruti. El a fost un Naishthik Brahmachari.

Chiar şi într-un Jivanmukta sau înţelept eliberat, ochii se vor mişca spre obiecte datorită forţei obiceiului. Dar, el poate să-i retragă complet să rămână doar cu cavităţile goale. Când el vede o femeie, el nu o vede în afara lui. El vede întreaga lume în sine. El simte că femeia este propriul lui Sine. El nu are idee de sex. Nu există gânduri rele în mintea lui. El nu simte nicio atracţie sexuală către ea. În timp ce un om lumesc vede femeia în afara lui. El întreţine gânduri pătimaşe. El nu are idee de Sine. El este atras către ea. Aceasta este diferenţa dintre viziunea unui Juani şi cea a unui om lumesc. Nu e niciun rău să te uiţi la femei dar nu trebuie să întreţii gânduri rele.

Nu e niciun rău să te uiţi la o femeie frumoasă. Poţi admira frumuseţea unei fete la fel cum admiri frumuseţea unui trandafir, frumuseţea mării, stelele sau orice alt peisaj natural. Gândeşte-te că frumuseţea soţiei tale aparţine Naturii şi Naturii Domnului, Isvar.

De fiecare dată când vezi o femeie, pune-ţi această întrebare: „Cine este creatorul acestei forme frumoase?” Imediat, un sentiment de uimire, un sentiment de admiraţie şi un sentiment de devoţiune va apărea în mintea ta. Numai când arunci o privire necastă, pătimaşă asupra unei femei comiţi un păcat. Comiţi adulter în inimă. Numai când întreţii gânduri pătimaşe, vin mizeria şi încătuşarea.

Frumuseţea pe care o percepi în feţele femeilor este frumuseţea Domnului. Poţi avea admiraţie în această

manieră. Nu este niciun rău să faci asta.

Femeia este simbolul frumuseţii. Ea este simbolul puterii. Ea vorbeşte cu tine în limbajul tăcerii: „Eu sunt reprezentarea lui Adi Sakti. Vezi-L pe Dumnezeu în mine. Vezi pe mama Kali în mine. Realizează pe Dumnezeu în şi prin mine. Venerează-L pe Dumnezeu ca întruparea frumuseţii. Adoră-L ca pe o întruparea a puterii. Recunoaşte-l omnipotenţa”. Iar şi iar gândeşte-te că frumuseţea feţei este frumuseţea Domnului. Sentimente dumnezeieşti vor apărea în tine când priveşti o femeie. Studiază capitorul zece din Gita, Vibhuti Yoga, iar şi iar.

Cum să cucereşti gândurile impure

Gândurile impure apar la privitul unei femei care dispar gradual când creşti în puritatea gândului prin Japa şi meditaţie. Este necesară o perioadă de timp pentru a distruge vechile Saṃskāras vicioase şi pentru a reînnoi fabrica mentală. Iar şi iar ridică contra-gânduri pure în minte. Pune în faţa ta imaginea Domnului. Iar şi iar încearcă să simţi Ātma în femei uitând ideea de sex şi crează dezgust în minte prin analiza părţilor din care este compus trupul.

De fiecare dată când mintea aleargă către femei atractive cu gânduri pătimaşe, pune-ţi în minte o fotografie clară a cărnii, oaselor, urinei, materiilor fecale şi transpiraţiei din care femeile sunt compuse. Aceasta va iniduce dezgust şi Vairagya în minte. Nu vei mai comite niciodată păcatul de a privi pătimaş o femeie. Este necesară o perioadă de timp, fără îndoială. Femeile de asemenea pot să practice metoda expusă înainte şi să păstreze imaginea mentală a bărbaţilor în acelaşi fel.

Ar trebui nu numai să dezvolţi dezgust în minte, ci de asemenea frică pentru a scăpa de ideea de sex. Nu eşti extrem de înspăimântat când o cobra vine în faţa ta? Aceasta trebuie să fie starea minţii când gânduri pătimaşe intră în mintea ta. Doar atunci atracţia faţă de sex va muri gradual.

Pedepseşte-te singur dacă mintea aleargă către femei cu idei pătimaşe. Renunţă la mesele de seară. Fă douăzeci

de Malas în plus Japa. Întotdeauna poartă un Kaupin sau Langoti.

Nu te uita la o femeie cu ochi răi. Dacă este bătrână, trateaz-o ca pe mama ta; dacă este tânără, ca pe sora ta; şi dacă este foarte tânără, ca pe copilul tău. Poţi eşua să dezvolţi Bhav că toate femeile sunt mame şi surori de o sută şi una ori. Nu contează. Ţinte-te de practică cu perseverenţă. Vei reuşi cu siguranţă până la urmă.

Când mergi pe stradă, nu privi încolo şi încoace ca o maimuţă. Priveşte la vârful degetului mare şi mergi încet. Sau priveşte în pământ şi mergi. Aceasta este de mare ajutor pentru menţinerea Brahmacharya. Poţi privi la vârful nasului de asemenea. O copile al Esenţei Nemuritoare! Ai mers pentru o lungă perioadă de timp cu ochi adulteri. Aplică colirul discriminării şi pigmentul Vichara-ei. Vei avea o nouă viziune nobilă. Întreaga lume îţi va apărea ca o masă de fericire cristalizată. Nu vei mai găsi rău, nici urâţenie.

Nu se poate nega, totuşi, că patima este o forţă puternică ce trebuie depăşită. Cineva l-a întrebat pe Raja Yudhishthira, „O Yudhishthira, când o priveşti pe mama ta Kunti, este privirea ta absolut castă?” Yudhishthira a răspuns, „Nu pot spune că privirea mea este în întregime pură”. Aceasta este forţa poftei trupeşti.

Poţi spune în exterior: „Te consider ca fiind mama mea. O consider pe ea ca fiind sora mea”. Deşi nu poţi face nimic în exterior din cauza fricii religioase sau Loka-Lajja, mental nu eşti aşa cum ar trebui să fii. Mintea va alerga în direcţia greşită. Dorinţa sau gândrul sunt mai mult decât actul. Când eşti testat în tăcere, vei cădea fără îndoială. Nu vei putea avea nici măcar control fizic.

Nu există nimic, totuşi, pe care un Sadhaka să nu poată depăşi dacă îşi pune mintea. Cu cât este mai mare dificultatea, cu atât este mai mare gloria succesului. Încearcă, încearcă, încearcă din nou. Antrenează-te să nu te mai uiţi la femei pentru o perioadă. Dacă nu eşti capabil să faci asta şi găseşti că privirea aleargă către femei cu scopuri adultere, ridică în minte imaginea unui cadavru

sau al unui schelet sau a unei femei bătrâne cu riduri şi bolnavă şi păstreaz-o până când mintea este plină cu dezgust. Aceasta îţi va permite să reuşeşti în final să subjugi pasiunea. În acelaşi timp, refugiază-te la picioarele de lotus ale lui Devi. Roag-o constant pentru puterea de a rezista şi de a cuceri asalturile pasiunii. Priveşte fiecare femeie ca Sri Devi însăşi şi fă prostări mentale la privirea ei, repetând, „Om Sri Durga Devyai Namah". Prin Sadhana vigilentă şi constantă ca mai sus, vei eradica gradual duşmanul puternic.

18. ROLUL DIETEI ÎN CONTROLUL SEXUAL

Dieta joacă un rol proeminent în păstrarea Brahmacharya. Puritatea hranei aduce puritate în minte. Puterea care conectează trupul şi mintea este prezentă în mâncarea pe care o consumăm. Diferite tipuri de hrană au diverse efecte asupra minţii. Există anumite mâncăruri care fac mintea şi trupul foarte puternice şi ferme. Aşadar este absolut esenţial ca să consumăm mâncare pură şi Sattvică. Hrana are o foarte strânsă legătură cu Brahmacharya. Dacă atenţia potrivită este acordată purităţii hranei pe care o consumăm, Brahmacharya devine foarte uşoară.

Influenţa mâncărurilor asupra celulelor creierului, emoţiei şi pasiunii este remarcabilă. Există diferite compartimente în creier şi fiecare tip de mâncare produce propriul efect asupra fiecărui compartiment şi asupra sistemului în general. A confection of sparrow produces an aphrodisiac efect. (???) Stimulează direct organele de reproducere. Usturoiul, ceapa, carnea, peştele şi ouăle stimulează pasiunea. Fii atent cum elefanţii şi vacile care trăiescu cu iarbă sunt liniştite şi paşnice şi cum tigrii şi alte animale carnivore care trăiesc cu carne sunt turbulente şi feroce. Instinctul sau vocea din interior te vor ghida în alegerea dietei care sunt favorabile pentru păstrarea Brahmacharya. Poţi de asemenea să consulţi câteva persoane mai în vârstă şi mai experimentate.

Hrană Sattvică

Cheru, lapte, grâu, orz, pâine, unt clarifiat, ghimbir

uscat, cartofi, curmale, lapte prins, migdale şi fructele sunt toate articole Sattvice de hrană. Cheru este un amestec de orez alb fiert, unt clarifiat, zahăr alb şi lapte. Acestea sunt foarte folositoare pentru aspiranţii spirituali. Laptele este un aliment perfect singuri, conţinând diferiţi constituenţi nutritivi într-o proporţie echilibrată. Acesta este un aliment ideal pentru Yoghini şi Brahmacharini. Fructele sunt mari producătoare de energie. Bananele, grepfrut, portocalele dulci, merele, rodiile şi mango sunt întregi şi nutritive.

Fructele uscate precum strugurii, stafidele, curmalele şi smochinele, fructele proaspete dulci precum bananele, mango, Sapota, pepenii, limes, ananasul, merele, rodiile, zahărul, mierea, sagotierul, laptele, untul şi untul clarifiat din lapte de vacă, sucul de nucă de cocos, nuca de cocos, migdalele, fisticul, orzul, porumbul, grâul, orezul şi toate preparatele din aceste cereale, şi pepenele alb sunt articole Sattvice pentru păstrarea Brahmacharya.

Mâncare interzisă

Mâncăruri foarte condimentate, condimente iuţi, ardi iuţi, carne, peşte, ouă, tutun, lichior, articole acre, uleiul de toate felurile, usturoiul, ceapa, lucruri amare, lapte acru, mâncare stricată, acide, mâncăruri astringente, chestii picante, lucruri prăjite, fructe coapte peste măsură şi necoapte, vegetale grele şi sarea nu sunt deloc benefice. Ceapa şi usturoiul sunt mai rele decât carnea.

Sarea este cel mai mare duşman. Prea multă sare excită pasiunea. Chiar dacă nu serveşti sarea separat, sistemul va prelua cantitatea necesară de sare din alte alimente. Toate alimentele conţin sare. Renunţarea la sare te ajută să controlezi limba şi prin aceasta mintea şi toate celelalte Indriyas-uri.

Toate tipurile de mazăre şi fasole, ambele proaspete şi prăjite, grâu negru, cereale încoţite, muştar, toate felurile de ardei iuţi, linte, castraveţi, papaya, toate tipurile de dovleac precum dovleacul alb, Trichosanthes cucumerina, ridichii, praz, ciupercile de tot felul, lucruri prăjite în ulei sau unt, murăturile de tot felul, orezul prăjit,

seminţele de susan, ceaiul, cafeaua, cacao, toate felurile de legume, rădăcini, fructe şi alimente care crează vânt sau indigestie, mâhnire, durere sau constipaţie sau altă boală, preparate din aluat, mâncăruri care sunt uscate sau ard, mâncăruri care sunt amare, acre, sărate, prea fierbinţi şi iuţi, tutunul şi preparatele lui, mâncăruri şi băuturi care conţin lichior sau droguri narcotice precum opiul sau hasis, preparate care sunt râncezite sau au devenit reci prin ridicarea lor de pe vatră sau şi-au pierdut starea naturală, mirosul, culoarea sau forma, sau care au rămas după ce au fost mâncate de alte persoane, animale, păsări sau insecte, care conţin praf, păr, paie sau alte gunoaie, şi laptele de bivol, capră sau oaie ar trebui evitate deoarece ele sunt fie Rajasice sau Tamasice prin natură. Sucul de lămâie, sarea grujoasă, ghimbirul şi piperul alb pot fi folosite cu moderaţie.

Mitahara sau dieta moderată

Mitahara este moderaţia hranei. Serveşte doar hrană Sattvică şi umple stomacul pe jumătate. Umple un sfert cu apă pură. Lasă restul gol. Aceasta este Mitahara. Brahmacharini ar trebui întotdeauna să ia Mitahara doar. Ei ar trebui să fie foarte atenţi la masa de seară. Ei nu ar trebui să-şi încarce stomacul noaptea. Supraîncărcarea este cauza directă pentru emisii nocturne.

Un om lacom nu poate visa să devină Brahmachari. Controlul limbii este o sine qua non dacă vrei să controlezi patima, dacă vrei să păstrezi jurământul Brahmacharya. Limba trebuie controlată mai întâi. Atunci va fi uşor să controlezi pasiunea. Există o legătură intimă între limbă şi organul de reproducere. Limba este organul de cunoaştere. Ea este născută din porţiunea Sattvică a apei-Tanmatra. Organul de reproducere este un organ de acţiune. El este născut din porţiunea Rajasică a apei-Tanmatra. Ele sunt organe surori pentru că sursa este aceiaşi. Dacă limba este stimulată cu mâncare Rajasică, imediat organul de reproducere este de asemenea excitat. Trebuie să existe o selecţie şi o restricţie în dietă. Hrana unei Brahmachari trebuie să fie simplă, blândă,

necondimentată, să nu irite şi să nu stimuleze. Moderaţia hranei este foarte necesară. Îndoparea stomacului este foarte vătămătoare. Fructele sunt foarte benefice. Ar trebui să serveşti masa doar atunci când îţi este cu adevărat foame. Stomacul te va înşela uneori. Poţi avea un apetit fals. Când stai la masă, nu vei avea apetit şi nu vei mânca cu poftă. Restricţiile dietetice şi postul sunt unelte auxiliare foarte folositoare pentru controlul cămilei minţii şi pentru atingerea Brahmacharya. Nu ar trebui să le ignori şi să le tratezi cu uşurinţă sub nicio formă.

Postul – un exerciţiu de purificare

Postul controlează pasiunea. Postul distruge excitarea sexuală. Calmează emoţiile. El controlează Indriyas-urile de asemenea. Tinerii pătimaşi şi tinerele ar trebui să recurgă ocazional la post. Se va dovedi foarte benefic. Postul este un mare Tapas. El purifică mintea. El distruge o multitudine de păcate. Shastras-urile prescriu Chandrayana Vrata, Krichara Vrata, Ekadasi Vrata şi Pradosha Vrata pentru purificarea minţii. Postul controlează în special limba, care este duşmanul tău de moarte. Când posteşi, nu lăsa mintea să se gândească la mâncăruri delicioase, deoarece atunci nu vei avea multe beneficii. Postul reînvigorează sistemul respirator, circulator, digestiv şi cel urinar. El distruge toate impurităţile trupului şi tot felul de otrăvuri. El elimină depozitele de acid uric. La fel cum aurul impur este purificat prin topirea lui în creuzet iar şi iar, tot aşa, mintea impură este purificată din ce în ce mai mult prin postul repetat.

Tinerii Brahmacharini robuşti ar trebui să postească de fiecare dată când pasiunea îi necăjeşte. Vei avea o meditaţie foarte bună în timpul postului, pentru că mintea este calmă. Obiectivul principal al postului este practica riguroasă a Dhyāna în timpul perioadei când toate Indriyas-urile sunt calme. Va trebui să retragi toate Indriyas-urile şi să fixezi mintea asupra lui Dumnezeu. Roagă-te la Dumnezeu pentru îndrumare şi pentru a primi lumină pe cale. Spune cu Bhav: „O Dumnezeule!

Prachodayat, Prachodayat. Îndrumă-mă, întrumă-mă. Trahi, Trahi. Protejează-mă, protejează-mă. Sunt al Tău, Domnul meu!" Vei obţine puritate, lumină, putere şi cunoaştere. Postul este unul dintre cele zece canoane ale Yoga.

Evită postul excesiv. Va produce slăbiciune. Foloseşte-ţi bunul simţ. Cei care nu sunt capabili să ţină un post întreg pot posti pentru nouă sau zece ore şi apoi să ia lapte şi fructe seara sau noaptea.

În timpul postului, organele digestive precum stomacul, ficatul şi pancreasul se odihnesc. Lacomii şi cei care sunt mâncători neobosiţi nu lasă aceste organe să se odihnească nici măcar pentru câteva minute. Din această cauză, aceste organe se îmbolnăvesc curând. Diabetul, albuminuria, dispepsia şi hepatita se datorează toate supraalimentării. La urma urmei, omul vrea foarte puţin pe acest pământ. Nouăzeci la sută din oameni în această lume mănâncă mai mult decât este absolut necesar pentru trup. Supraalimentarea a devenit obiceiul lor. Toate bolile îşi au originea în supraalimentare. Postul complet ocazional este un mare deziderat pentru toţi pentru păstrarea sănătăţii, odihna organelor interne şi menţinerea Brahmacharya. Bolile care sunt considerate incurabile de alopaţi şi homeopaţi sunt vindecate prin post. Postul dezvoltă puterea voinţei. El măreşte puterea de îndurare. Manu, dătătorul Hindus al legilor, prescrie în codul său remediul postului pentru eliberarea de cele cinci păcate capitale de asemenea.

Este mai bine să bei o cantitate mare de apă, fie călduţă sau rece, în concordanţă cu temperamentul şi înclinaţia ta, în timpul postului. Va curăţa rinichii şi va arunca afară otrava şi toate genurile de impurităţi din trup. În Hatha Yoga este considerat Gata-Suddhi sau purificarea vasului din carne, trupul fizic. Poţi adăuga o lingură de bicarbonat de sodiu în apă.

Cei care postesc pentru două sau trei zile nu ar trebui să-şi întrerupă postul cu alimente solide. Ar trebui să consume sucuri de fructe, fie suc de portocale dulci sau

suc de rodie. Ei ar trebui să bea sucul încet. Poţi să faci o clismă zilnic atunci când posteşti.

La început posteşte o zi sau două. Apoi încet măreşte numărul de zile în concordanţă cu puterea şi capacitatea ta. La început poţi simţi o slăbiciune uşoară. Prima zi poate fi foarte obositoare. Vei simţi o adevărată Ananda, fericire, în a doua sau a treia zi. Trupul va fi foarte, foarte uşor. Poţi să faci mai multe lucrări mentale în timpul postului. Cei care sunt obişnuiţi să postească se vor bucura. În prima zi, mintea te va tenta în diferite feluri să mănânci ceva. Rămâi ferm. Fii curajos. Controlează mintea imediat ce mişcă sau îşi ridică gluga. Fă mai multă Japa cu Gayatri sau orice altă Mantra în timpul postului. Postul este mai mult o Kriya spirituală decât o Kriya fizică din punctul de vedere al sănătăţii. Va trebui să utilizezi zilele de post pentru scopuri spirituale mai înalte şi pentru contemplarea lui Dumnezeu. Întotdeauna gândeşte-te la Dumnezeu. Intră în problemele vieţii precum de ce şi de unde a apărut universul. Cercetează: „Cine sunt eu? Ce este acest Atman sau Brahman? Care sunt căile şi mijloacele pentru atingerea Cunoaşterii lui Dumnezeu? Cum să i-L abordezi?” Apoi realizează starea Nijananda şi odihneşte-te în puritate pentru totdeauna.

Fraţii mei dragi! Veţi începe Tapasya postului chiar din secunda în care citiţi aceste rânduri?

Pace tuturor fiinţelor!

19. VISELE UDE ŞI SPERMATOREEA

Mulţi tineri sunt necăjiţi de visele ude sau emisiile nocturne şi spermatoreea. Această boală groaznică, spermatoreea, a mâncat chiar inimile multor tineri străluciţi, care erau odată studenţi promiţători la începutul stagiilor lor educaţionale. Această nenorocire teribilă a subminat vitalitatea sau chiar esenţa multor studenţi şi adulţi şi i-a dus la faliment fizic, moral şi spiritual. Acest blestem mortal a oprit creşterea multor oameni tineri şi i-a determinat să-şi plângă trecutul petrecut în ignoranţă, obiceiurile vicioase. Această maladie nenorocită a ofilit speranţele multor tinere persoane şi a adus disperare,

tristeţe, sănătate zdrobită şi o constituţie ruinată.

Primesc numeroase scrisori cu poveşti patetice ale tinereţii pierdute. Acest trend recent în creşterea literaturii vulgare, ieftine şi afrodiziace şi a filmelor obscene, indiene şi din Vest, au sporit mizeriile tinerilor îndrumaţi greşit. Pierderea energiei vitale crează o mare frică în mintea lor. Trupul devine slab, memoria slăbeşte, faţa devine urâtă şi tânărul nu mai este capabil să remedieze condiţia vrednică de milă din cauza ruşinii. Dar nu este cazul să disperaţi. Chiar dacă câteva indicaţii din paginile care urmează vor fi urmate, el va dezvolta atitudinea corectă către viaţă şi va duce o viaţă disciplinată şi în final va atinge fericirea supremă.

Diferenţa dintre poluţia fiziologică şi poluţia patologică

Spermatoreea este descărcarea seminală involuntară. Descărcarea nocturnă, poluţia nocturnă, Svapan-Dosha, visele ude sunt toate sinonime. Doctorii Āyurvedici numesc această boală Sukra-Megha. Aceasta se datorează obiceiurilor rele din copilărie. În cazurile severe, descărcarea apare şi în timpul zilei de asemenea. Pacientul elimină spermă împreună cu urina. Dacă apar descărcări ocazionale, nu trebuie să te alarmezi deloc. Acestea se pot datora căldurii din trup, sau presiunii colonului încărcat sau vezicii care apasă sacii seminali. Aceasta nu este o condiţie patologică.

Poluţia nocturnă este de două feluri, şi anume, poluţie fiziologică şi poluţie patologică. În poluţia fiziologică, te vei simţi reîmprospătat. Nu ar trebui să te temi de acest act. Nu ar trebui să te alarmezi dacă descărcarea seminală este foarte rară. Aceasta este de asemenea o curăţare uşoară a aparatului sau o curăţare periodică printr-o curgere uşoară din rezervorul în care sperma este depozitată. Acest act poate că nu este însoţit de gânduri rele. Persoana poate să nu-şi dea seama de act în timpul nopţii. În timp ce, în poluţia patologică, actul este acompaniat de gânduri sexuale. Depresia urmează. Există iritabilitate, apatie, lene, inabilitatea de a lucra şi lipsa

puterii de concentrare. Descărcările ocazionale nu au consecinţe, dar poluţiile nocturne frecvente cauzează depresie, debilitate, dispepsia, pierderea memoriei, durere severă în spate, dureri de cap, arsuri ale ochilor, ameţeală şi senzaţia de arsură în timpul urinării sau în timpul eliminării spermei. Sperma devine foarte subţire.

Cauze şi consecinţe

Visele ude şi spermatoreea se pot datora unor cauze diverse precum constipaţia, un stomac încărcat, iritaţia produsă de alimente care produc vânturi, gânduri impure şi abuzul de sine făcut în ignoranţă.

Slăbiciunea seminală, emisiile nocturne, visele vulgare şi toate celelalte efecte ale vieţii imorale cu siguranţă vor conduce o persoană la o stare mizerabilă a vieţii dacă nu sunt oprite cu medicamente corespunzătoare. Dar aceste medicamente nu pot produce o vindecare permanentă. Cineva poate obţine o uşurare temporară pentru perioada în care ia medicamentele. Chiar doctorii din Vest admit că asemenea medicamente nu pot afecta o vindecare permanentă. În unele cazuri, pacientul devine impotent prin folosirea drogurilor. Singurul efect permanent de vindecare poate fi obţinut prin sistemul străvechi al Yoga. Nasti Yogat Param Balam. Nu există putere mai mare decât cea a Yoga. Diversele metode date în această carte îţi vor permite să obţii succes dacă sunt practicate regulat.

Nu te lăsa păcălit de reclame pompoase făcute de escroci şi şarlatani.

Du o viaţă simplă naturală. Vei fi curând vindecat. Nu cheltui bani pentru a cumpăra aşa-zise medicamente patentate. Sunt fără valoare. Escrocii încearcă să exploateze pe cei creduli şi ignoranţi. Nu merge la doctori. Străduieşte-te să devii propriul tău doctor. Înţelege legile naturii, principiile igienei şi sănătăţii. Nu încălca legile sănătăţii.

Un avertisment împotriva obiceiurilor sexuale rele şi a răbufnirilor de mânie

Evită toate tipurile de abuz de sine. Ele îţi storc

energia vitală şi te lasă ca un om mort sau ca o sfeclă de zahăr din care sucul a fost extras. Veerya este într-adevăr o avere fără preţ. Nu o cheltui de dragul excitării momentane şi al senzaţiei. Renunţă la obiceiul rău imediat. Vei fi ruinat în totalitate dacă vei continua această practică. Deschide ochii. Trezeşte-te acum. Fii înţelept. Evită compania rea. Nu glumi cu femeile. Nu ai nicio idee despre efectele dezastruoase ale acestei practici rele. Îţi vei pierde vederea. Vei avea o micime a viziunii. Vei avea nervi zdrobiţi.

Nu privi la organul de reproducere. Nu atinge organul cu mâinile din când în când. Aceasta va agrava Kama Vasana. Când intră în erecţie, fă Mula Bandha şi Uddiyana Bandha. Repetă Om mental de mai multe ori cu înţeles. Gândeşte-te la puritate. Fă douăzeci de Prāṇāyāma. Norul impurităţii va trece curând.

Excesele sexuale şi izbucnirile de mânie şi ură ar trebui evitate. Dacă mintea este păstrată calmă tot timpul, vei avea o sănătate minunată, putere şi virilitate. Energia este golită de crizele de mânie. Celulele şi ţesuturile sunt umplute cu materiale morbide otrăvitoare când o persoană îşi pierde cumpătul şi urăşte. Diverse feluri de suferinţe apar. Sângele devine fierbinte şi subţire, şi în consecinţă, poluţiile nocturne apar. Diverse tipuri de boli nervoase sunt atribuite pierderii excesive a energiei seminale şi crizelor frecvente de mânie explozivă.

Importanţa hranei potrivite şi a evacuării

Majoritatea bolilor îşi au originea în supraalimentare. Păstrează moderaţia în dietă. Evită cinele târzii. Masa de seară ar trebui să fie uşoară şi servită înainte de 6 sau 7 p.m. Dacă este posibil, ia doar lapte şi fructe seara. Niciun lichid sau solid nu ar trebui consumat după apusul soarelui. Când serveşti lapte amestecă esenţă de ghimbir în el. Sau fierbe ghimbir zdrobit cu lapte înainte de a servi laptele. Renunţă la usturoi, ceapa şi mâncăruri picante. Ardeii iuţi fac sperma apoasă şi duc la vise ude frecvente. Consumă o hrană blândă, calmantă, simplă, care nu irită. Renunţă la fumat, lichior, ceai, cafea, carne şi peşte.

Când există înclinaţie către urinare noaptea, imediat mergi şi goleşte vezica. O vezică încărcată este cauza pentru vise ude. Înainte de a te retrage în pat, răspunde chemărilor naturii. Dacă există constipaţie severă şi intestinele sunt încărcate, ele vor apăsa pe veziculele seminale, şi în consecinţă, vor exista descărcări noaptea.

Pentru a scăpa de constipaţie, folosirea unei clisme este esenţială. Folosirea laxativelor nu este benefică deoarece crează căldură în trup

Niciodată nu te opune imboldului de a răspunde chemărilor naturii. Dacă viermii sunt prezenţi în intestine, elimină-i folosind o doză de pudră pentru viermi în timpul nopţii şi consumă un purgativ din ulei de ricin în dimineaţa următoare. Aceasta va păstra mişcarea intestinelor regulată.

Uneori, descărcările au loc din cauza excesului de căldură în trup, excesului de mers pe jos sau călătoriilor, consumului unei cantităţi mari de dulciuri sau ardei iuţi sau sare. Renunţă la ceai, cafea, ardei iuţi, excesului de dulciuri şi zahărului. Evită mâncărurile rafinate, asezonate, savuroase şi pastele. Posteşte din când în când, să zicem odată pe săptămână. Nu consuma nici măcar apă în acele zile de post.

Nu merge prea mult cu bicicleta.

Chew pieces of the yellow variety of Harad or myrobalan very often. (???) Când există descărcări frecvente dizolvă două bucăţi mici de camfor într-un pahar cu lapte şi consumă-le ocazional noaptea. Consumă jumătate de pahar de lapte dimineaţa devreme şi o jumătate seara.

Trezeşte-te înainte de 4 a.m.

Poluţiile nocturne apar în general în al patrulea sfert al nopţii. Cei ce au obiceiul de a se da jos din pat între 3 şi 4 a.m. şi fac Japa şi Dhyāna nu pot cădea niciodată victime poluţiilor nocturne. Obişnuieşte-te să te trezeşti cel târziu la 4 a.m. Dormi pe un pat aspru. Foloseşte saltele tari.

Dormi pe partea stângă. Lasă Nadi-ul Solar, Pingala să lucreze în timpul nopţii prin nara dreaptă. În cazuri

acute, dormi pe spate până la recuperare.

Dacă eşti căsătorit, dormi într-o cameră separată. Nu ar trebui să permiţi niciodată soţiei să-ţi maseze picioarele noaptea. Aceasta este o practică periculoasă.

Pentru protejarea spermei, este esenţial să porţi întotdeauna o bucată de pânză peste părţile private; pentru că astfel nu vor fi emisii nocturne şi nici creşteri ale testiculelor. Aşadar, întotdeauna poartă un Langoti sau Kaupin sau o pânză de şale. Nu vei avea inflamaţii şi nicio altă boală a testiculelor. Aceasta te va ajuta în păstrarea Brahmacharya. Poartă un Kaupin umed noaptea când mergi la culcare, dacă boala este foarte tulburătoarea.

Este potrivit pentru un celibatar să poarte întotdeauna sandale din lemn pentru că astfel sperma va fi conservată, ochii vor beneficia, viaţa va fi prelungită şi divinitatea şi strălucirea vor creşte.

Apelează la Numele Domnului

Practică Japa şi meditaţia dimineaţa, imediat ce te dai jos din pat, pentru o oră sau două. De asemenea, fă asta înatinte de a merge la culcare la 10 p.m. Aceasta este un mare purificator. Aceasta va întări mintea şi nervii. Acesta este cel mai bun remediu. Repetă Mantra: „Punarmamaitu Indriyam. Tăria mea pierdută să fie restaurată”.

Roagă-te la soare dimineaţa devreme şi înainte de răsărit: „O doamne Suryanarayana, ochiul lumii, ochiul lui Virat Purusha! Dă-mi sănătate, putere, vigoare şi vitalitate”. Fă Suryanamaskara dimineaţa devreme. Repetă cele douăsprezece Nume ale soarelui la răsărit: „Mitraya Namah. Ravaye Namah. Suryaya Namah. Bhanave Namah. Khagaya Namah. Pushne Namah. Hiranyagarbhaya Namah. Marichaye Namah. Savitre Namah. Adityaya Namah. Bhaskaraya Namah. Arkaya Namah”. Expune-te la soare.

Beneficiile unei băi la şolduri

Fă o baie rece la şolduri stând într-o cadă cu apă şi ţinând picioarele în afara căzii. Aceasta este foarte învigorantă şi energizantă. O baie rece la şolduri tonifică şi

liniştеştе nervii sistemului genital şi opreşte descărcările nocturne într-o manieră eficientă. Acesta este un tonic nervos general de asemenea, toţi nervii sunt întăriţi.

Baia la şolduri poate fi instalată uşor acasă într-o cadă mare de zinc. Persoanele în vârstă şi cei convalescenţi pot folosi apă călduţă. Şterge-te apoi cu un prosop uscat şi îmbracă haine calde.

Sau stai într-un râu până la brâu, într-un lac sau bazin pentru o jumătate de oră. Repetă Om sau Gayatri sau orice altă Mantra. Freacă partea de jos a abdomenului sau burta cu un prosop turcesc aspru sau cu o bucată de pânză Khadi, de mai multe ori. Aceasta poate fi practicată de două ori zilnic, dimineaţa şi seara, în timpul verii.

Duşurile reci, duşurile vertebrale şi băile reci sunt de un imens folos în practica Brahmacharya. Duşurile de baie pot fi uşor instalate acasă fixând un aparat de stropitoare de robinet.

Sirshasana, Sarvangasana, Siddhasana, Sukha-Purvak Prāṇāyāma şi Uddiyana Bandha sunt toate foarte eficiente în eradicarea spermatoreii. Practică-le şi realizează beneficiile incalculabile. Practică respiraţia adâncă şi Bhastrika Prāṇāyāma. Fă plimbări lungi. Fă sport.

Câteva sugestii de ajutor

Vindecarea completă poate dura una până la şase săptămâni, în concordanţă cu intensitatea bolii. Dacă boala durează mult, vindecarea poate lua mult timp, pentru că procesele Naturii sunt încete dar sigure. De fiecare dată când eşti necăjit de gânduri senzuale, ar trebui să încerci să le înlocuieşti cu gânduri divine despre zeitatea ta favorită.

Lasă acolo orice boală. Ignoreaz-o. Neag-o. Gândeşte-te şi meditează la Sinele pur. Păstrează-te în întregime ocupat. Nu lăsa spaţiu pentru minte să gândească la trup şi la boală. Acesta este tratamentul pentru orice tip de boală. Cântă Numele lui Hari în diverse feluri. Când eşti obosit, studiază cărţi religioase. Fă servicii lipsite de egoism. Aleargă în aer liber. Înoată în râu. Aruncă pietrele

şi pietricelele de pe stradă. Scrie Ishta Mantra într-o carte timp de o oră.

Purifică mintea cultivând devoţiunea către Dumnezeu. Fă Japa şi meditează. Studiază cărţi spirituale. Roagă-te la Dumnezeu. Păstrează Brahmacharya. Nu ne amesteca cu femei fără să fie necesar. Vezi doar pe Mama Divină în ele. Dezvoltă Atma-Bhava în toate.

Evită cinematograful, nuvelele, ziarele, compania rea, discuţiile rele. Nu te uita în oglindă prea des. Nu folosi parfumuri sau haine la modă. Nu merge la dans sau la petreceri muzicale. Nu te uita la animale sau păsări când se împerechează.

Rupe din rădăcini dragostea pentru distracţie. Cucereşte lenea şi întotdeauna păstrează trupul şi mintea la lucru cu ceva folositor. Păstrarea minţii constant la lucru este unul dintre secretele Brahmacharya. Condu o viaţă disciplinată, riguroasă. Nu zăbovi asupra bolii prea mult. Va trece. Când gânduri rele apar în minte, repetă Numele Domnului şi roagă-te. În cele din urmă graţia divină a Domnului şi mâna ajutătoare este antidotul sigur pentru toate bolile. Bazează-te pe Dumnezeu. Fii devotat purităţii şi pietăţii. Împărtăşeşte gânduri sublime. Citeşte literatură sacră. Nimic nu la va asalta.

Această slăbiciune va trece. Nu fi anxios, necăjit sau deprimat din cauza ei. Gândurile depresive sunt periculoase. Grija te va slăbi şi mai mult. Învaţă lecţiile trecutului şi beneficiază din ele. Nu zăbovi asupra trecutului şi nu fi slab. Schimbă-ţi punctul de vedere. Practică cercetarea. Meditează la avantajele celibatului. Gândeşte-te la vieţile Akhanda Brahmacharinilor precum Hanuman, Bhishma şi ceilalţi. Gândeşte-te la relele vieţii senzuale, la pierderea sănătăţii, la ruşine, boală şi moarte. Cultivă discriminarea. Tu eşti copilul Domnului universului. Fericirea este în interiorul tău. Nu există nicio iotă de plăcere în obiectele simţurilor.

Disociază-te de trup; identifică-te cu Domnul. Dacă mintea ta este pură şi sănătoasă, trupul de asemenea va fi pur şi sănătos. Aşadar, uită trecutul şi începe o nouă viaţă

de virtute şi spiritualitate, dragoste pentru Dumnezeu şi aspiraţie pentru o viaţă divină mai înaltă. Învaţă să găseşti gust într-o viaţă divină. Fă mai multă Sadhana cu o mai mare intensitate. Vei fi o persoană complet schimbată şi binecuvântată.

20. CÂTEVA AJUTOARE PUTERNICE ÎN PRACTICA CELIBATULUI

Nu poţi avea un celibat perfect dacă nu foloseşti şi ajutoarele auxiliare. Trebuie să ai grijă în special la dietă şi la compania din jurul tău. Orice aduce gânduri impure în minte este o companie rea. O aspiranţi! Zburaţi departe de comania persoanelor cu minţile la lucruri lumeşti. Deportaţi-vă de forfota oraşelor şi de tumultul lumii. Cei ce vorbesc afaceri lumeşti te vor polua rapid. Mintea poate oscila şi va începe să rătăcească. Vei avea o cădere.

Nu citi romane amoroase sau de ficţiune. Nu merge la cinema şi la teatru. Şi nu-ţi face prieteni dintre băieţii indezirabili. Ceea ce ai nevoie este co schimbare completă a viziunii, atitudinea ta către sexul opus. Priveşte Mama Divină în fiecare femeie şi consideră fiecare femeie ca fiind mama ta.

Controlul palatului

Mai întâi, controlul dietei. Există o conexiune intimă între controlul de sine şi controlul palatului sau al limbii. Cel ce a controlat limba a controlat deja toate celelalte organe.

Mâncarea Rajasică delicioasă excită organul de reproducere. Renunţă la carne, peşte, lichior, fumat. Carnea poate face un om de ştiinţă, dar niciodată un filosof, un înţelept sau o Persoană Sattvică. Carnea excită pasiunea.

Gradual renunţă la sare şi la tamarind. Sarea excită pasiunea şi emoţia. Sarea excită şi întăreşte Indriyas-urile. Renunţarea la sare aduce o condiţie liniştită a minţii şi a nervilor. Ea ajută meditaţia. Vei suferi puţin la început. Mai târziu vei savura o dietcă fără sare. Practică cel puţin pentru şase luni. În acest fel, vei putea să realizezi propria ta Svarupa rapid. Tot ceea ce se doreşte de la tine este

efortul sincer şi cinstit. Fie ca Sri Krishna să-ţi dea curaj şi putere pentru a păşi pe calea spiritualităţii şi pentru a atinge ţelul vieţii!

Nu încărca stomacul noaptea. Mesele de seara ar trebui să fie uşoare. Jumătate de litru de lapte sau câteva fructe vor constitui un regim bun pentru masa de seară.

Pentru Brahmacharya şi controlul limbii, ia câteva frunze de busuioc dimineaţa. Seara ia frunze de Neem. Începe cu o frunză, măreşte până la zece, câte una pe zi. Ia zece pentru câteva săptămâni; apoi măreşte la douăzeci. Aceasta este foarte bine.

Evită compania rea

Fotografiile obscene, cuvintele vulgare, şi romanele care conţin poveşti de dragoste excită pasiunea şi produc în inimă sentimente ruşinoase, rele, indezirabile. În timp ce, vederea unei fotografii bune a Domnului Krishna sau a Domnului Rama sau a Domnului Iisus şi ascultarea cântecelor sublime ale Surdas, Tulasidas şi Thyagaraja induc în inimă sentimente nobile şi devoţiune sincere, produc un fior divin şi lacrimi de bucurie şi Prem, şi elevează mintea la Bhava Samādhi instantaneu.

Vezi acum diferenţa clară?

Care este starea minţii participi la un bal sau la o petrecere cu dansuri sau când citeşti „Misterele Londrei?” Care este starea minţii când participi la o petrecere Satsanga a lui Swami Jayendrapuriji Maharaj din Benares sau când eşti la Rishikesh pe malurile Gangelui într-un loc izolat sau când studiezi Upanishadele clasice care elevează sufletul? Compară stările tale mentale. Aminteşte-ţi, prietene, că nu este nimic mai dezastruos pentru suflet decât compania rea. Aspiranţii ar trebui să evite fără milă tot felul de companii rele. Ei nu ar trebui să asculte poveşti despre femei, despre vieţile de lux ale persoanelor bogate, mâncăruri picante, maşini, politică, îmbrăcăminte de mătase, flori, parfumuri şi altele, deoarece mintea este uşor excitată. Va începe să imite căile persoanelor care trăiesc în lux. Dorinţele vor apare. Ataşamentul va veni de asemenea.

Cinematograful produce o tendinţă malefică în om. El nu poate rămâne nicio zi fără să meargă la un spectacol. Ochii lui vor să vadă fotografii cu femei pe jumătate goale şi unele feluri de culori; iar urechile vor să audă puţină muzică. Tinerele fete şi băieţii devin pătimaşi când văd actorii din filme că se sărută şi se îmbrăţişează. Cei ce vor să se dezvolte pe ei înşişi pe linia spirituală ar trebui să evite în totalitate cinematograful. Ei nu ar trebui să particile nici măcar la aşa-zisele filme religioase. Ele nu sunt în realitate filme religioase. Este doar o şmecherie pentru a atrage oamenii şi a strânge bani. Care este calibrul spiritual al actorilor din acele filme? Doar oamenii spirituali pot produce poveşti impresionante cu moraluri bune care pot eleva minţile spectatorilor.

Pune punct vizionărilor de filme excitante dacă ai acest obicei. Nu fi martor la scene vulgare şi senzuale oriunde s-ar întâmpla să te afli. Nu te uita la fotografii cu femei goale. Toate acestea tind să mărească pasiunea şi să golească Veerya. Ar trebui să eviţi toate astea cu stricteţe.

Cititul romanelor este un alt obicei rău. Cei care au obiceiul să citească romane care tratează cu pasiunea şi dragostea nu pot sta nicio secundă fără să citească romane. Ei vor tot timpul ca nervii lor să fie gâdilaţi cu câteva sentimente senzaţionale. Cititul romanelor umple mintea cu gânduri josnice, pătimaşe şi excită pasiunea. Este un mare duşman al păcii.

Mulţi oameni au pornit biblioteci volante pentru distribuţia romanelor pe baza unui mic abonament. Ei nu au realizat cât de mult rău fac ţării. Ar fi mai bine să-şi caute o altă vocaţie pentru a-şi câştiga existenţa. Ei strică minţile tinerilor prin distribuţia acestor romane fără valoare, care ajută la excitarea pasiunii. Întreaga atmosferă este poluată. O pedeapsă severă îi aşteaptă în Yama Loka.

Nu citi romane. Ele întinează mintea. Romanele sunt lanţuri ale civilizaţiei din Vest pentru a captura victima inconştientă în cătuşe strălucitoare. Nu citi acele ziare care excită instinctele joase.

Cântecele imorale produc o profundă impresie rea în minte. Aspiranţii ar trebui să fugă departe de locurile unde sunt cântate cântece vicioase.

Fă tot ceea ce îţi stă în puteri pentru a-ţi îndepărta mintea şi ochii de la obiectele externe care îndeamnă la dorinţe sexuale. Renunţă la citit, conversaţie şi imaginaţie şi asociaţiile care sunt înclinate să stimuleze dorinţa sexuală. Nu conversa cu cei care sunt nerăbdători să transmită ştiri iritante şi îţi disturbă liniştea mentală. Trăieşte cu oameni avansaţi spiritual şi opreşte-te din citirea cărţilor în afara celor care sunt direct spirituale.

Când gândurile de patimă se ridică în minte, nu te lupta cu ele. Cea mai bună metodă este să le ignori. Dacă nu ai succes astfel, rămâi în compania cuiva care îţi este superior spiritual, care este mai avansat decât tine din punct de vedere spiritual. Dacă te izolezi, mintea te va urmări şi gândurile senzuale te vor doborî. Îţi vei pierde echilibrul. Fii vigilent. Gândurile sexuale vor trece cu puţină vigilenţă.

Ai grijă de gânduri

Un gând rău intră în minte şi apare erecţie Indriya. Nu este asta o minunne? Deoarece se întâmplă des, nu îţi apare ca o minune sau un miracol. Ai ignorat acest punct de vedere vital din cauza ignoranţei.

Mintea este o mare baterie de electricitate. Este un mare dinam într-adevăr. Este o centrală de energie. Nervii sunt fire izolate care transmit curenţi electrici, impulsuri nervoase către diverse organe, ţesuturi şi extremităţi, mâini, picioare.

Există o vibraţie a gândului în minte datorită vibraţiei Pranei fizice. Această forţă a gândului este transmisă cu o viteză uluitoare de-a lungul nervilor către organe. Trupul fizic este un model din carne preparat de minte în concordanţă cu Saṃskāras-urile şi Vasanas-urile pentru propria ei experienţă şi bucurie. Mintea influenţează organele unui om pătimaş indisciplinat care are Indriyas-uri impulsive revoltătoare. Ea devine servitorul obedient şi credincios al Yoghinului antrenat şi dezvoltat.

Un Brahmachari vigilent tot timpul ar trebui întotdeauna să-şi privească gândurile cu atenţie. El nu ar trebui niciodată să lase vreun gând rău să intre pe poarta fabricii mentale. Dacă mintea lui este tot timpul fixată asupra Dhyeya sau Lakshya sau a obiectului de meditaţie, nu există spaţiu pentru intrarea unui gând rău. Chiar dacă gândul rău a trecut de poarta minţii, el nu ar trebui să lase mintea să-şi asume starea mentală cu această idee. Dacă el cade victimă, gândul-curent va fi transmis trupului fizic. Arderea Indriyas-urilor şi a sistemului nervos fizic va urma. Aceasta este o condiţie serioasă.

Gândul rău ar trebui să fie distrus încă de la început prin înlocuirea lui cu gânduri divine. El nu ar trebui să fie lăsat să penetreze trupul fizic. Dacă voinţa ta este puternică, gândul rău poate fi gonit imediat. Prāṇāyāma, rugăciunea viguroasă, Vichara, contemplarea Atmică, meditaţia Şaguna şi Satsanga pot distruge de la început gândurile chiar din pragul fabricii mentale. Lupta va fi dură la început. Când devii din ce în ce mai pur, când puterea voinţei se dezvoltă, când dozvolţi mai multă Sattva sau puritate şi când ai o stare obişnuită de meditaţie, vei fi stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală. Înţelege puterea gândului şi utilizeaz-o profitabil. Înţelege căile minţii. Învaţă să foloseşti voinţa pură. Fii vigilent, un privitor îndemânatic al gândurilor tale. Taie-le prin îndemânare şi înţelepciune înainte ca ele să-şi ridice capetele în afara minţii.

Mintea este cea care face cu adevărat toate acţiunile. O dorinţă se ridică în minte şi apoi gândeşti. Atunci începi să acţionezi. Determinarea minţii este pusă în acţiune. Mai întâi există Sankalpa sau gândul şi apoi vine acţiunea. Aşadar, nu lăsa gândurile sexuale, să intre în minte.

Ceea ce este gândit este rostit de limbă. Ceea ce limba vorbeşte, organele de acţiune îndeplinesc. Acesta este motivul pentru care se spune în Vede: „Mintea mea să se gândească doar la lucruri de bun augur”. Întreţine gânduri sublime divine. Vechiul gând rău sexual va dispărea gradual, la fel cum vechiul cui din scândură iese

când baţi peste el un cui nou.

Cauta Satsanga sau compania bună

Gloria Satsanga sau asocierea cu sfinţi înţelepţi, Yoghini, Sannyasini şi Mahatmas nu poate fi descrisă. Gloria şi puterea Satsanga este descrisă în diverse felul în Bhagavata, Rāmāyana şi alte scripturi. Chiar şi un moment petrecut în compania oamenilor înţelepţi este suficient pentru a repara vechile Saṃskāras vicioase ale oamenilor cu mintea la cele lumeşti. Aura magnetică, vibraţiile spirituale şi curenţii puternici ai gândurilor ai adepţilor dezvoltaţi produc o influenţă uluitoare în minţile persoanelor preocupate de cele lumeşti.

Contactul personal al Mahatmas este o binecuvântare în realitate pentru persoanele preocupate de cele lumeşti. Serviciul sfinţilor purifică rapid minţile oamenilor pătimaşi. Satsanga elevează mintea la înălţimi mărinimoase. La fel cum un singur băţ de chibrit arde grămezi mari de bumbac în câteva secunde, tot aşa, compania sfinţilor arde toată ignoranţa, toate gândurile şi Saṃskāras-urile pasiunii şi acţiunilor rele într-o perioadă de timp redusă. Acesta este motivul pentru care Sankara şi alţii au vorbit aşa de frumos despre Satsanga în cărţile lor.

Dacă nu poţi obţine Satsanga în locul în care te afli, poţi vizita locuri de pelerinaj precum Rishikesh, Benares, Nasik, Prayag, Haridvar. Studiul cărţilor scrise de persoanele realizate vor fi asemănătoare Satsanga. Singurul lucru potent pentru a induce Vairagya arzătoare şi dorinţa pentru eliberare este Satsanga.

Cultivă Viveka şi Vairagya

O persoană ar trebui să obţină Viveka sau distiminarea între Sinele real şi trupul impur ireal. Aspirantul ar trebui să scoată în evidenţă în faţa minţii defectele vieţii sexuale, şi anume, pierderea energiei, enervarea simţurilor, boala, naşterea şi moartea, ataşamentul şi diversele feluri de nenorociri. El ar trebui să-şi amintească iar şi iar despre părţile trupului unei femei – carne, sânge, oase, fecale, urină, puroi şi flegmă. Aceste idei ar trebui să fie repetate mereu în minte.

Aspirantul ar trebui întotdeauna să se gândească la nemuritorul şi eternul pur Atman şi la gloria vieţii spirituale, şi anume, la atingerea nemuririi, fericirea eternă şi pacea supremă.

Gradual mintea va fi dezobişnuită să mai privească la o femeie, indiferent cât de frumoasă ar fi ea. Mintea se va cutremura la privirea unei femei cu un gând rău. Femeile de asemenea ar trebui să treacă prin practicile de mai sus ele însele pentru a fi stabilite în puritate.

Un Viveki nu face nicio diferenţă între un bărbat şi o femeie. Aceleaşi Tattve – pasiune, mânie, lăcomie şi Moha – care sunt prezente în bărbat sunt de asemenea prezente într-o femeie. Doar bărbatul pătimaş care este plin cu pasiune arzătoare găseşte diferenţele imaginare. Diferenţele sunt toate creaţii mentale sau Kalpita Bheda.

Nimic nu te poate tenta în această lume dacă dezvolţi Vairagya, dacă îţi supui Indriyas-urile, şi dacă eviţi bucuriile şi plăcerile ireaşi şi trecătoare din această lume pieritoare, ca fiind bălegar, ca pe o otravă. Nu vei mai avea atracţie pentru femei şi alte obiecte pământeşti. Pofta trupească nu va putea să te cuprindă. Vei avea pace eternă şi fericire infinită.

Aminteşte-ţi constant: „Prin graţia lui Dumnezeu, devin din ce în ce mai pur, în fiecare zi. Plăcerile vin dar nu stau. Carnea muritoare este doar pământ. Totul va trece. Brahmacharya este singura cale”. Dezvoltă Viveka şi Vairagya.

Aspiranţii ar trebui să studieze cartea „Vairagya Satkama” a lui Bhartrihari şi alte lucrări despre Vairagya. Aceasta va induce Vairagya în minte. Amintirea morţii şi durerile Samsarei de asemenea te vor ajuta într-o măsură considerabilă. Nu ar fi greşit să atragem atenţia cititorului asupra unor călugări budhişti care întotdeauna păstrează cu ei un craniu. Aceasta este pentru a cauza Vairagya în ei şi pentru a le reaminti de natura impermanentă şi trecătoare a vieţii umane.

Un filosof odată ţinea în mâini craniul unei femei şi a început să filosofeze astfel: „O craniule! Cu ceva timp în

urmă m-ai tentat cu pielea strălucitoare şi obrajii îmbujoraţi. Acum, unde sunt farmecele tale? Unde sunt acele buze de miere şi ochi ca lotusul?" Astfel el a dezvoltat o Vairagya intensă. Dacă analizezi diferitele părţi ale trupului uman şi păstrezi o imagine a cărnii şi oaselor în faţa ochiului mental, nu vei avea ataşament deloc pentru trupul tău sau trupul unei femei. De ce nu încerci această metodă?

Amintirea scheletului şi a trupului mort al unei femei va induce Vairagya în mintea ta. Trupul a venit dintr-o descărcare împuţită. Este plin de impurităţi. În final, va fi redus la cenuşă. Dacă îţi aminteşti asta, Vairagya va apărea în mintea ta. Atracţia pentru femei va dispărea gradual. Dacă plasezi în faţa minţii tale figura bolnavă a unei femei sau fotografia unei femei foarte bătrâne, vei dezvolta Vairagya. Aminteşte-ţi durerile Samsarei, irealitatea obiectelor, şi legătura care vine din ataşamentul faţă de soţie şi copii. Încearcă orice metodă ţi se potriveşte cel mai bine.

Stai jos şi gândeşte-te, calm şi sincer, ce frumuseţe este într-o femeie al cărei trup este compus din carne, oase, nervi, grăsime, măduvă şi sânge. Unde este frumuseţea în aceiaşi femeie când ea devine bătrână? Priveşte la condiţia ochilor şi la trupul unei femei duă un atac de febră pentru şapte zile! Care este starea frumuseţii ei? Unde este frumuseţea dacă ea nu face baie pentru o săptămână? Mirosul este abominabil. Priveşte la femeia senilă în vârstă de optzeci şi cinci de ani care stă într-un colţ, cu ochii pierduţi, obraji ofiliţi şi pielea ridată! Analizează părţile unei femei, realizează adevărata lor natură.

Femeia este cea mai care cauză a deziluziei. Femeile sunt flăcări ale viciului. Ele sunt un foc aprins, care distrug bărbatul ca pe un pai. Domnişoara frumoasă este ca un drog otrăvitor care distruge viaţa cauzând o intoxicaţie pătimaşă şi întunecarea puterii de discriminare. Această lume misterioasă a început cu femeia şi este susţinută de femeie. Cum aşadar, fără renunţarea la femeie, este posibil

să atingi fericirea eternă a lui Brahman? Trupurile acelor domnişoare arătoase care sunt răsfăţate de bărbaţi proşti sunt duse la cimitir după de Pranele lor dispar. Bestiile şi viermii se hrănesc cu carnea lor. Şacalii şi vulturii le rup pielea. Fără renunţarea la femeie, este imposibil să ajungi la realizarea Sinelui.

O notă de clarificare

Femeile nu ar trebui să fie ofensate când citesc aceste rânduri. Eu doar am reprodus învăţăturile lui Sankaracharya şi Dattatreya. Eu doar vreau să impresionez ambele sexe cu forţa şi gloria Brahmacharya şi cu efectele rele ale poftelor trupeşti. Eu am o mare stimă şi admiraţie pentru femei.

Brahmacharza ar trebui să fie practicată de ambii bărbaţi şi femei. Femeile de asemenea pot păstra o fotografie mentală a părţilor componente ale trupului unui bărbat pentru a crea în ele însele dezgust pentru trupul fizic al bărbatului şi pentru a dezvolta Vairagya.

Simpla condamnare a poftei trupeşti nu este suficientă pentru a dezobişnui mintea cu plăcerea sexuală. Ţine minte bine acest lucru. Pofta trupească este potentă. Este virulentă. Patima este formidabilă. Pofta trupească este incontrolabilă în persoanele cu voinţă slabă. Omul ar trebui să fie conştient de asemenea de căile Maya-ei, care îl prinde în plasa ei sau în capcană. O femeie ar trebui să fie conştientă de farmecele bărbatului care o ademeneşte şi o transformă într-o pradă a bărbatului, iar bărbatul ar trebui să fie conştient de farmecele unei femei care îl ademenesc şi îl transformă într-o pradă a femeii. Bărbatul de asemenea are mult farmec în el pentru a prinde în capcană o femeie. Bărbatul apare mai frumos în ochii unei femei decât femeia în ochii bărbatului. Bărbatul de asemenea încearcă să prindă în capcană o femeie prin îmbrăcăminte, gesturi, zâmbet, afecţiune, privire, cuvinte înflorite, diferite moduri de a-şi aranja părul şi alte şmecherii.

Pofta trupească este o forţă potentă, foarte dificil de eliminat. Acesta este motivul pentru care Sastras-urile şi

sfinţii cenzurează şi condamnă femeile pentru a crea dispreţ şi discriminare în bărbaţi şi pentru a-i dezobişnui de tendinţele pătimaşe şi atacurile agresive. Sri Sankara, Sri Dattatreya, Sri Rama, Sri Tulasidas toţi au criticat femile nu din cauza urii, a prejudecăţilor sau a neplăcerii, ci din compasiune pentru elevarea oamenilor din mlaştina Samsarei. Criticile lor în privinţa femeilor implică şi includ critici în privinţa bărbaţilor de asemenea. Criticile lor ţintesc la dezobişnuirea minţilor persoanelor lumeşti de păcatul sexual şi crearea dezgustului pentru plăcerile sexuale, dispreţ faţă de obiectele lumeşti. Acest lucru nu este înţeles de oameni.

Aceleaşi scripturi şi sfinţi care cenzurează femeile într-un loc, le laudă în altul. Ele spun, „Femeile ar trebui să fie cinstite. Ele sunt Ardhanginis. Ele sunt manifestări ale Sakti sau energia lui Dumnezeu. Numai cei care cinstesc femeile pot atinge prosperitatea”. Aşadar, O femeie! Încercaţi să cunoaşteţi inima scripturilor şi a sfinţilor şi deveniţi înţelepte.

Minţile tinerilor sunt saturate cu Saṃskāras şi Vasanas impure datorate companiilor vicioase şi civilizaţiei moderne false. Chiar şi compania sau discuţiile despre femei sunt suficiente pentru a trage mintea către gânduri vicioase. Aşadar, trebuie să pun în faţa minţilor marii majorităţi a oamenilor un tablou mental astfel încât simpla companie a femeilor să stârnească haos. Când spun că femeia este doar un sac din piele, eu nu urăsc femeile în niciun fel. Spun asta doar pentru a produce dezgust şi pentru a induce Vairagya. Cu adevărat, o femeie ara trebui să fie adorată ca Mama Sakti. Ea este creatoarea, generatoarea şi hrănitoarea universului. Ea trebuie să fie venerată. În India, religia este păstrată şi menţinută doar prin elementul devoţional din femei. Devoţiunea este o caracteristică fundamentală a femeilor Hinduse. Urăşte patima, dar nu femeile.

La început, până dobândeşti Vairagya şi Viveka, trebuie să tratezi compania femeilor ca pe otravă. Când obţii Viveka şi Vairagya, atunci pofta nu te poate cuprinde.

Vei vedea şi vei realiza, „Sarvam Khalvidam Brahma. Totul este numai Brahman”. Vei avea Atma-Drishti. Ideea sexuală va dispărea atunci.

Un jurământ este de mare ajutor

Un jurământ pentru celibat îţi va da protecţie împotriva tentaţiei. Este o armă puternică pentru a ataca pofta trupească. Dacă nu depui un jurământ de castitate, mintea te va tenta în orice moment. Nu vei avea putere să rezişti tentaţiei şi vei deveni o victimă sigură. Celui care este slab şi efeminat îi este frică să facă jurământul. El aduce diverse scuze şi spune, „De ce ar trebui să fiu legat de un jurământ? Voinţa mea este puternică. Pot rezista oricărui tip de tentaţie. Fac Upasana. Practic cultura voinţei”. El se căieşte în final. El nu are control asupra simţurilor. Doar acel bărbat, în care dorinţa subtilă pentru obiectul la care trebuie să renunţe rămâne ascunsă în colţurile minţii, foloseşte asemenea scuze. Trebuie să ai înţelegerea corectă, discriminarea şi detaşarea. Atunci doar renunţarea ta va fi de durată şi permanentă. Dacă renunţarea nu este rezultatul discriminării şi detaşării, mintea doar va aştepta pentru o oportunitate pentru a se reîntoarce la obiectul la care s-a renunţat.

Dacă eşti slab, depune un jurământ pentru o lună şi apoi extinde-l la trei luni. Vei câştiga putere acum. Vei putea să prelungeşti perioada la şase luni. Gradual vei putea să extinzi jurământul la unul sau trei ani. Dormi separat şi fă Japa viguros, Kirtan şi meditează zilnic. Vei urî pofta trupească acum. Vei experimenta libertate şi o bucurie de nedescris. Partenerul tău de viaţă de asemenea ar trebui să facă Japa, să mediteze zilnic.

O Mohan, ai făcut o crimă impardonabilă prin nerespectarea jurământului de castitate. Cum poate exista religie sau spiritualitate când există pasiune? Eşti un om bătrân. De ce repeţi fără ruşine vechiul act ruşinos, aducând ca scuză: „Vechila Vasanas sunt puternice; circumstanţele sunt puternice”. Nimeni nu îţi va auzi răspunsul. Va trebui să-ţi tai pasiunea de fiecare dată când îşi ridică gluga. Fie ca Domnul Śiva să-ţi dea putere să

controlezi acest duşman nenorocit şi să continui Sadhana spirituală.

Cultura voinţei şi augosugestia

Dacă poţi să-ţi faci voinţa pură, puternică şi irezistibilă prin eliminarea dorinţelor, prin eradicarea Raga-Dvesha, prin reducerea nevoilor şi practicarea Titiksha, pasiunea va muri. Voinţa este un duşman puternic al pasiunii.

Pofta trupească îşi are originea în hotărârea impură. Indulgenţa o întăreşte. Când te întorci hotărât de la ea, dispare şi moare.

Stai singur în camera ta de meditaţie. Închide ochii. Încet repetă iar şi iar următoarea formulă. Lasă mintea să zăbovească asupra semnificaţiei formulei. Saturează mintea şi intelectul cu aceste idei. Întregul sistem, carne, sânge, oase, nervi şi celule ar trebui să vibreze puternic cu următoarele idei:

Sunt toată puritatea, Suddhoham Om Om Om

Sunt Atman fără sex Om Om Om

Nu există patimă şi nici Vasana sexuală în Atman Om Om Om

Patima este Vikara mentală; Eu sunt o Sakshi al acestei Vikara Om Om Om

Eu sunt Asanga Om Om Om

Voinţa mea este pură, puternică şi irezistibilă Om Om Om

Sunt în totalitate stabilită în Brahmacharya fizică şi mentală Om Om Om

Simt puritatea acum Om Om Om

Poţi avea o şedinţă noaptea de asemenea. Stai pentru zece minute la început. Gradual măreşte perioada la o jumătate de oră. Menţine Bhav de asemenea.

Scrie pe o foaie de hârtie, cu litere mari, cuvântul „Om Puritate” de şase ori. Păstrează hârtia în buzunar. Citeşte-o de mai multe ori în timpul zilei. Păstreaz-o de asemenea într-un loc proeminent în casa ta. Păstrează imaginea cuvântului „Om Puritate” clar în faţa minţii.

Aminteşte-ţi de mai multe ori zilnic Sfinţii

Brahmachari şi acţiunile lor puternice. Gândeşte-te la multiplele avantaje ale unei vieţi pure în Brhamacharya şi dezavantajele şi relele unei vieţi impure. Niciodată nu părăsi practica. Fii regulat şi sistematic. Gradual vei deveni din ce în ce mai pur şi în cele din urmă vei deveni un Yoghin Cordhvareta. Fii răbdător.

Zilnic spune: „Prin graţia lui Dumnezeu, devin din ce în ce mai bun, în fiecare zi, în fiecare aspect". Aceasta este autosugestie. Aceasta este o altă metodă eficientă.

Schimbă Drishti sau punctul de vedere

Ar trebui să întreţii Mama-Bhav sau Isvari-Bhav sau Atma-Bhav în privinţa femeilor. Femeile de asemenea ar trebui să întreţină Pitha-Bhav sau Isvar-Bhav sau Atma-Bhav în privinţa bărbaţilor. Sora-Bhav nu este suficient. Poţi cădea. Întreţinerea sorei-Bhav în bărbaţi şi a fratelui-Bhav în femei a înşelat şi decepţionat pe mulţi. Dragostea pură va degenera în orice moment în patimă când o persoană este neatentă şi lipsită de vigilenţă. Cobra-Bhav va ajuta Sadhakas într-o măsură mare. După cobra-Bhav vine mama-Bhav în bărbat şi tatăl-Bhav în femeie. Atunci în final vine Atma-Bhav în ambii. Numai aspiranţii care se luptă cu adevărat pot realiza asta bine, nu filosofii simpli.

Cultivarea Bhav este foarte dificilă. Poţi eşua să dezvolţi Bhav că toate femeile sunt mamele tale şi surorile late de o sută de ori. Nu contează. Practică cu tenacitate. Eşti sortit să ai succes în final. Va trebui să distrugi vechea minte şi să construieşti o nouă minte. Vei avea succes cu siguranţă dacă eşti tenace şi hotărât şi dacă ai o determinare de fier. Bhav se va manifesta gradual prin practica constantă. În curând vei fi stabilit în acel Bhav. Acum eşti sigur.

Un bărbat sau o femeie ar trebui să practice analiza de sine şi auto-examinarea. ei ar trebui să aibă înţelegerea corespunzătoare a căilor în care pofta operează şi joacă, şi lucrurile şi emoţiile care excită pasiunea şi maniera în care cineva cade victimă celeilalte. Atunci doar controlul poftei trupeşti este posibil.

Mintea va încerca din nou să cauzeze discordie în

interior. Ea este foarte diplomatică. Este foarte dificil să-i afli căile şi operaţiile secrete şi ascunse. Este necesar un intelect subtil, şi introspecţie atentă repetată şi priveghere vigilentă. De fiecare dată când imaginea unei femei răsare în mintea ta cu gânduri rele, repetă mental, „Om Durga Devyai Namah" şi fă prostrări mentale. Gradual, gândurile rele vor muri. De fiecare dată când vezi o femeie, susţine acest Bhav şi repetă mental această Mantra. Drishti-ul tău sau viziunea vor deveni caste. Toate femeile sunt manifestări ale Mamei Lumii. Distruge ideea că femeia este un obiect de satisfacţie şi substituie ideea că ea este un obiect de venerare şi manifestarea Mamei Durga sau Kali.

Schimbă Bhav, schimbă atitudinea mentală. Vei avea raiul pe pământ. Vei fi stabilit în Brahmacharya. Aceasta este o metodă importantă pentru a deveni un Brahmachari adevărat. Vezi Atman în toate femeile. Respinge toate numele şi formele şi păstrează doar esenţa fundamentală, Asti-Bhati-Priya sau Sat-Chit-Ananda. Toate numele şi formele sunt nereale. Ele sunt ireale precum umbrele, apa dintr-un miraj şi albastrul cerului.

Pentru un om de ştiinţă, o femeie este doar o masă de electroni. Pentru un filosof Vaiseshika din şcoala de gândire a lui Rishi Kanada, ea este o conglomeraţie de atomi-Paramanu, Dvyanu, Tryanu. Pentru un tigru, ea este un obiect de pradă. Pentru un soţ pasionat, ea este un obiect de satisfacţie. Pentru un copil care plânge, ea este mama afectuoasă care dă lapte, dulciuri şi alte bucurii. Pentru o cumnată geloasă sau o soacră, ea este un duşman. Pentru un Viveki sau un Vairagi, ea este o combinaţie de carne, oase, urină, materie fecală, puroi, respiraţie, sânge şi felgmă. Pentru un Juani împlini, ea este Sat-Chit-Ananda Atman.

Pasiunea se va ridica atunci când te gândeşti la trupul unei femei. Când eşti în compania femeilor, gândeşte-te la Sinele Atman pur şi nemuritor care este ascuns în trupul femeilor.

Străduieşte-te constant. Ideea de sex va dispărea

gradual, şi odată cu ea, atracţia şi patima de asemenea. Aceasta este cea mai potentă metodă pentru a eradica pasiunea şi ideea de sex, Mental repetă formula, „Ek Sat-Chit-Ananda Atman”. Aceasta va duce la anihilarea pasiunii şi la realizarea Vedantică a unităţii şi unicităţii de asemenea.

Nu există sex şi nici Vasana sexuală în Brahman. Brahman este Nitya-Suddha, etern pur: Prin gândirea constantă la Atman cel fără sex, vei fi stabilit în Brahmacharya. Aceasta este cea mai puternică şi eficientă metodă. Aceasta este cea mai bună formă de Sadhana pentru cei care ştiu tehnica corectă de Vichara. Dar, numai studenţii avansaţi pe calea Juana Yoga pot să se bazeze exclusiv pe metoda Brahma Vichara pentru distrugerea pasiunii. Pentru marea majoritate a oamenilor, o metodă combinată este foarte potrivită şi sănătoasă. Când duşmanii sunt foarte puternici, o metodă combinată de beţe, pistoale, puşti, mitraliere, submarine, torpile, bombe şi gaze otrăvitoare sunt folosite pentru distrugerea duşmanilor. Tot aşa, pentru distrugerea acestui duşman puternic, pasiunea, o metodă combinată este absolutt necesară.

21. HATHA YOGA ÎN AJUTOR

Practica regulată a unor Asane Yoga şi a unor exerciţii de Prāṇāyāma vor ajuta considerabil eforturile unei persoane pentru a opri impulsurile sexuale. Sirshasana şi Sarvangasana te vor ajuta mult pentru a deveni un Cordhvaretas. Ele sunt de asemenea numite Vipareeta Karani Mudras. Ele sunt indicate în special de către Rishi din trecut precum Geranda, Matsyendra şi Goraksha pentru a ne transforma în Cordhvaretas. Şi prin Prāṇāyāma, mintea gradual trece de la grosier la subtil. Ea reprezintă aşadar o piedică asupra iritării sexuale. Când gândurile rele îţi disturbă mintea, imediat practică Padmasana sau Siddhasana şi practică Prāṇāyāma. Gândul te va părăsi imediat.

Siddhasana

Această asana este foarte lăudată de Yoghini pentru

practica Brahmacharya. Ea te va ajuta în controlarea pasiunii şi oprirea emisiilor nocturne şi în transformarea ta într-un yoghin Cordhvareta. Această Asana este folositoare pentru şedinţele de Japa şi meditaţie.

Plasează călcâiul stâng la anus. Păstrează călcâiul drept la rădăcina, sau chiar deasupra, organului de reproducere. Păstrează trupul, gâtul şi capul drepte. Plasează mâinile pe călcâiul drept. Stai pentru o jumătate de oră la început şi apoi măreşte perioada până la trei ore. Să stai pentru trei ore într-o Asana se numeşte Asana Jaya sau stăpânirea unei Asana.

Sirshasana

Aceasta este regina tuturor Asanelor. Avantajele care sunt derivate din această asana sunt incalculabile şi indescriptibile. Aceasta este în special desemnată pentru oprirea descărcărilor nocturne şi pentru a ajuta curgerea spermei către creier în forma Ojas Sakti sau energiei spirituale.

Întinde o pătură împăturită pe pământ. Pune degetele împreună şi păstrează mâinile pe pătură. Acum plasează vârful capului între mâini. Încet ridică picioarele fără smucituri până când sunt verticale. Ajută-te de un zid la începutul practicii sau cere ajutorul unui prieten să te ţină de picioare. După o perioadă de practică vei putea să-ţi menţii echilibrul. Când Asana se termină, adu picioarele jos foarte, foarte uşor. Când rămâi în această Asana respiră doar pe nas.

Kumbhaka neregulată, Rechaka şi retenţia Puraka, exalaţia şi inhalaţia vor face Asana instabilă.

Fă această Asana când stomacul este gol sau uşor. Multe boli cronice, incurabile ale stomacului, intestinelor, plămânilor, inimii, rinichilor, sistemului urinar, urechilor şi ochilor sunt vindecate de practica regulată a acestei Asana.

Când picioarele se bâţâie, reţine respiraţia pentru scurt timp. Atunci picioarele vor deveni ferme.

Sarvangasana

Aceasta este o postură importantă, care te ajută cu

siguranţă în practica Brahmacharya. Sistemul digestiv, circulator şi nervos sunt imediat tonificate într-o manieră misterioasă de practica Sirshasana şi Sarvangasana. Acestea nu sunt Arthvada sau Rochak Sabdha sau simple elogii, prietenii mei dragi! Practicaţi şi simţiţi influenţele benefice voi înşivă. Acesta este cel mai bun remediu pentru vise ude şi diverse alte boli. Apare o strălucire sănătoasă în ochii practicantului şi un luciu specific, şarm, frumuseţe şi aură magnetică pe faţa lui.

Întinde o pătură pe pământ. Stai lungit pe spate. Încet ridică picioarele. Ridică trunchiul, şoldurile şi picioarele. Sprijină spatele cu mâinile de fiecare parte. Întreaga greutate a trupului stă acum pe umeri şi coate. Păstrează picioarele nemişcate. Apasă bărbia în piept ferm. Respiră încet, doar prin nări. Începe cu cinci minute şi încearcă să rămâi în Asana atâta timp cât poţi.

Matsyasana

Aceasta trebuie practicată imediat după Sarvangasana. Ea va ameliora imobilitatea gâtului şi toate crampele regiunii cervicale cauzate de practica îndelungată a Sarvangasana. Aceasta face un masaj natural al părţilor congestionate ale gâtului şi umerilor. Mai mult, ea asigură că studentul derivă beneficiile maxime din practica Sarvangasana.

Stai în Padmasana pe pătură păstrând piciorul drept peste coapsa stângă şi piciorul stâng pe coapsa dreaptă. Apoi stai lungit pe spate. Întinde capul înapoi astfel încât vârful capului stă pe sol ferm pe de o parte şi doar fesele pe de alta, astfel făcând un pod cu trunchiul. Plasează mâinile pe coapse sau prinde degetele. Va trebui să îndoi bine spatele. Matsyasana este distrugătoarea multor boli. Aceasta este foarte folositoare în genereal pentru sănătate.

Padangushthasana

Plasează călcâiul stâng chiar în centrul perineului – spaţiul dintre anus şi penis. Pune întreaga greutate a trupului pe degete, în special pe degetul mare stâng. Plasează piciorul drept peste coapsa stângă, lângă genunchi. Stai atent acum, păstrând echilibrul. Dacă ţi se

pare dificil să practici această Asana independent, poţi recurge la ajutorul unei bănci sau să stai lângă un perete. Plasează mâinile pe şolduri. Respiră încet.

Spaţiul perineal este lat de patru inchi. Sub acest spaţiu stă Veerya Nadi care poartă sperma de la testicule. Apăsâng acest Nadi cu călcâiul, curgerea spermei în afară este oprită. O practică perseverentă a acestei asana elimină visele ude şi spermatoreea şi transformă practicantul într-un Yoghin Cordhvareta. O combinaţie a Asana-elor precum Sirshasana, Sarvangasana şi Siddhasana este foarte indicată pentru păstrarea Brahmacharya. Fiecare a are acţiunea ei specifică. Siddhasana acţionează asupra testiculelor şi celulelor din acestea şi previn formarea spermei. Sirshasana şi Sarvangasana ajută curgerea spermei către creier. Padangushthasana acţionează asupra canalului spermatic.

Instrucţiuni asupra practicii asanaelor

Exerciţiile fizice elimină Prana în afară. Asana-ele trimit Prana înăuntru. Asana-ele sunt nu doar fizice, ci de asemenea spirituale. Ele ajută mult în controlarea simţurilor, a minţii şi a trupului. Trupul, nervii şi muşchii sunt purificaţi. Dacă faci Dhand şi Bhaitak de cinci sute de ori pe zi pentru cinci ani, dezvolţi doar muşchii superficiali ai trupului. O persoană poate dezvolta un fizic frumos practicând exerciţii fizice. Dar, Asana-ele au ca scop dezvoltarea atât fizică cât şi spirituală.

Întinde o pătură pe sol şi practică Asana pe ea. Foloseşte o pernă subţire sub cap când faci Sirshasana. Poartă un Langoti sau Kaupin sau o cârpă pentru şolduri când practici Asana. Evită folosirea ochelarilor şi a prea multor haine.

Cei ce practică Sirshasana pentru o perioadă lungă de timp ar trebui să consume un pahar cu lapte la finalul Asana-ei. Fii regulat şi sistematic în practică. Cei ce practică cu întreruperi nu vor culege multe beneficii. Practica regulată este foarte necesară dacă cineva doreşte să realizeze maximul beneficiilor unei Asana. În general, oamenii practică pentru două luni la început cu mare

interes şi entuziasm şi apoi renunţă la practică. Aceasta este o greşeală tristă.

Asanele ar trebui să fie executate cu stomacul gol sau uşor sau la cel puţin trei ore după masă. Poţi combina avantajos Japa şi Prāṇāyāma în timpul practicii asanelor. Atunci va deveni Yoga reală. Asanele pot fi practicate pe malurile nisipoase ale râurilor, în aer liber, şi pe malul mării de asemenea. Dacă practici Asane şi Prāṇāyāma într-o cameră, ai grijă ca acea cameră să nu fie congestionată. Camera ar trebui să fie curată şi bine ventilată.

La începutul practicii, fă fiecare Asana pentru un minut sau două doar şi apoi gradual şi încet măreşte perioada atât de mult cât poţi.

Evită eforturile prea mari când faci exerciţii Yoghine. Ar trebui să existe bucurie şi exaltare în timpul practicii.

Aici am prezentat instrucţiuni pentru câteva Asane selecţionate care sunt foarte folositoare pentru menţinerea Brahmacharya. Pentru instrucţiuni despre aproape nouăzeci de Asane, studiaţi cartea mea „Asane Yoga”.

Mula Bandha

Apasă Yoni-ul sau spaţiul dintre anus şi organul de reproducere cu călcâiul stâng. Contractă anusul. Plasează călcâiul drept la rădăcina organului de reproducere. Aceasta este Mula Bandha.

Apana Vayu, care are ca funcţie eliminarea excrementelor, are tendinţa naturală de a se mişca în jos. Prin practica Mula Bandha, Apana Vayu este făcut să se mişte în sus prin contractarea anusului şi tragerea lui cu putere în sus. Mula Bandha este foarte folositoare pentru menţinerea Brahmacharya. Aceasta este practicată în timpul inhalării în Prāṇāyāma şi în timpul Japa şi meditaţiei de asemenea.

Mula Bandha este o Kriya Yoga care ajută studentul yoghin să urce Apana şi energia sexuală. Tendinţa Apana este de a curge în jos. Această curgere în jos a lui Apana şi a energiei sexuale este oprită de practica Mula Bandha. Studentul yoghin stă în Siddhasana şi direcţionează Apana şi energia sexuală în sus prin contractarea anusului şi a

practicării Kumbhaka sau a reţinerii respiraţiei. Prin practica îndelungată, curgerea în jos a spermei este oprită şi sperma este sublimată sau transmutată în Ojas Sakti sau energie spirituală, care ajută contemplaţia. Această Bandha opreşte visele ude şi ajută la menţinerea Brahmacharya.

Asemenea practici Yoghine benefice prescrise de Rishi şi Yoghinii din trecut sunt folosite greşit de oameni şi prescrise greşit de culturişti yoghini ignoranţi şi neexperimentaţi cum sunt mulţi în zilele noastre. Ei învaţă această Kriya publicului necunoscător pentru a-şi atinge ţelurile lor egoiste şi pentru a trăi confortabil. Ei fac reclame pompoase că oamenii pot să-şi reţină fluidul vital pentru o perioadă lungă de timp şi pot avea satisfacţii sexuale intense pentru o lungă perioadă de timp cu ajutorul acestei Kriya. Ei învaţă această Bandha familiştilor bogaţi. Unii familişti înşelaţi sunt atraşi de asemenea declaraţii ale yoghinilor şarlatani – al căror ţel este îmbogăţirea şi traiul confortabil – şi recurg la această Kriya. Ei dau frâu liber pasiunii prin puterea acestei Kriya, îşi pierd vitalitatea şi ajung la durere şi distrugere într-o perioadă scurtă de timp. Prin practica nesăbuită a acestei Kriya, Apana este dislocată şi se îmbolnăvesc de diferite boli precum colici, constipaţie şi hemoroizi.

Aceşti culturişti yoghini au făcut mult rău publicului. În loc să prescrie această Kriya folositoare dăruită de Rishi şi Yoghinii din trecut pentru atingerea Brahmacharya şi pentru succesul în Prāṇāyāma, aceste suflete înşelate au excitat familiştii să devină mai pătimaşi şi să-şi satisfacă şi mai mult pasiunile josnice. Ei au adus o insultă ştiinţei yoga şi yoghinilor.

Ei spun: „Trebuie să ne mişcăm în conformitate cu timpurile moderne. Oamenii vor asta. Le plac asemenea Kriya-suri. Ei au beneficii. Ei sunt mai fericiţi practicând această Kriya”. Minunată filosofie într-adevăr! Aceasta este filosofia Epicurianilor şi Charvakaşilor. Aceasta este filosofia lui Virochana. Aceasta este filosofia cărnii.

O omule ignorant! Deschide ochii. Trezeşte-te din

somnul adânc al ignoranţei. Nu te lăsa luat de val prin discursuri dulci şi demonstraţii indecente ale yoghinilor şarlatani sau pseudoGuruşilor. Vei fi ruinat. Renunţă la asemenea practici. Păstrează fluidul vital. Transformă-l în Ojas prin Japa, Kirtan, Prāṇāyāma, Vichara. Du o viaţă pioasă. Viaţa este menită pentru un scop mai înalt. Viaţa este menită pentru realizarea de Sine.

O culturişti yoghini! Nu duceţi oamenii în eroare. Consideraţi-vă urmaşi sau discipoli ai Rishilor din timpurile străvechi. Nu prescrieţi aceste Kriyas-uri pentru scopuri josnice. Fiţi nobili şi mărinimoşi. Ţintiţi cât mai sus. Deveniţi adevăraţi yoghini. Oamenii sensibili şi culţi vor râde de voi dacă diseminaţi cunoaşterea yoghină în această manieră. Daţi-le cunoaşterea căilor pentru menţinerea Brahmacharya. Transformaţi-i în Yoghini adevăraţi. Oamenii vă vor fi recunoscători şi vă vor aprecia lucrarea lipsită de egoism.

Jalandhara Bandha

Contractă gâtul. Apasă bărbia ferm împotriva pieptului. Aceasta se practică la sfârşitul Puraka şi la începutul Kumbhaka. După aceasta vine Uddiyana Bandha. Aceste Bandhas sunt precum trei stadii ale unui exerciţiu.

Uddiyana Bandha

Goleşte plămânii printr-o expiraţie puternică. Acum, contractă şi cu putere trage în sus intestinele şi de asemenea buricul către spate astfel încât adbomenul se lipeşte de spate în cavitatea toracică.

Această Bandha poate fi practicată în picioare de asemenea. În acest caz, apleacă-te un pic înainte, punând mâinile pe coapse şi păstrând picioarele puţin depărtate. Aceste trei Bandhas sunt o combinaţie bună. Descrierea Nauli Kriya poate fi considerată ca următorul stadiu al Uddiyana Bandha.

Nauli Kriya

Uddiyana Bandha poate fi executată într-o postură aşezată de asemenea, dar Nauli în general este executată stând în picioare. Păstrează picioarele depărtate la o distanţă de aproximativ treizeci de centimetri şi pune

mâinile pe coapse, astfel realizând o uşoară îndoire a spatelui. Apoi fă Uddiyana Bandha.

Acum lasă centrul abdomenului liber, contractând partea stângă şi dreaptă a abdomenului. Vei avea toţi muşchii din centru în linie verticală. Păstrează această poziţie atâta timp cât poţi, confortabil. Fă doar asta pentru câteva zile.

După o perioadă de practică, ar trebui să poţi contracta partea dreaptă a abdomenului şi să laşi partea stângă liberă. Aici vei avea toţi muşchii doar pe partea stângă. Din nou, contractă partea stângă şi permite părţii drepte să rămână relaxată. Prin practica gradată, vei înţelege cum să contracţi muşchii din centru, stânga şi dreapta ai abdomenului.

Acum vine stadiul final al Nauli Kriya. Păstrează muşchii în centru. Încet adu-i pe partea dreaptă şi apoi pe partea stângă rotindu-i. Fă asta de mai multe ori de la dreapta la stânga şi apoi fă-o în sens invers, de la stânga la dreapta. Întotdeauna să întorci muşchii într-un sens circular, încet. Nu poţi beneficia din plin de această Kriya dacă nu o realizezi încet şi gradat. Începătorii vor simţi o durere uşoară în abdomen la primele încercări. Nu trebuie să se teamă. Durerea va dispărea după două sau trei zile de practică regulată.

Maha Mudra

Stai pe sol. Apasă anusul cu călcâiul stâng. Întinde piciorul drept. Apucă degetul mare cu ambele mâini. Inspiră şi reţine respiraţia. Apasă bărbia în piept cu fermitate. Fixează privirea în Trikuti sau spaţiul dintre sprâncene. Reţine postura atâta timp cât poţi. Practică şi cu celălalt picior.

Yoga Mudra

Stai în Padmasana. Plasează palmele pe călcâie. Expiră încet şi apleacă-te înainte şi ainge pământul cu fruntea. Dacă stai în această postură pentru mult timp, poţi respira normal. Dacă o faci pentru o durată scurtă de timp, reţine respiraţia până ridici capul şi revii la poziţia iniţială şi apoi inspiri. În loc să păstrezi mâinile pe călcâie,

poţi să le iei înapoi la spate şi să prinzi încheietura mâinii stângi cu mâna dreaptă. Această Mudra este folositoare pentru păstrarea Brahmacharya. Ea reduce grăsimea excesivă de pe abdomen şi elimină toate neplăcerile stomacului şi intestinelor. Constipaţia este eliminată. Focul gastric este mărit. Apetitul şi digestia sunt îmbunătăţite. Dacă nu poţi reţine postura pentru o perioadă lungă de timp, repetă procesul de mai multe ori. Odihneşte-te între execuţii.

Prāṇāyāma uşoară şi confortabilă

Stai în Pămasana sau Siddhasana cu un stomac gol sau uşor în camera de meditaţie.

Închide ochii. Închide nara dreaptă cu degetul mare de la mâna dreaptă şi inspiră aer prin nara stângă. Închide şi nara stângă cu degetete mic şi inelar de la mâna dreaptă şi reţine aerul cât poţi de mult. Apoi dă la o parte degetul mare de la mâna dreaptă şi expiră foarte, foarte uşor. Din nou, în aceiaşi manieră, inspiră prin nara dreaptă, reţine cât poţi de mult şi apoi expiră prin nara stângă. Întregul proces constituie o Prāṇāyāma. Fă douăzeci dimineaţa şi douăzeci seara. Gradual şi cu precauţie măreşte perioada retenţiei aerului şi numărul de Pranayame de asemenea. Când avansezi în practică, poţi avea trei sau patru şedinţe şi poţi face optzeci de Pranayame la fiecare şedinţă.

Bhastrika Prāṇāyāma

Stai în Padmasana. Păstrează trupul drept. Închide gura. Inspiră şi expiră rapid de douăzeci de ori precum foalele. Constant dilată şi contractă. Practicantul ar trebui să înceapă cu expiraţii în succesiune rapidă. Când numărul necesar de expiraţii, să spunem, douăzeci într-o rundă, este încheiat, expiraţia finală este urmată de cea mai profundă inhalaţie. Reţine aerul atâta timp cât poţi confortabil şi apoi foarte, foarte încet expiră. Aceasta este o rundă de Bhastrika. Odihneşte-te un pic şi apoi mai fă o altă rundă. Fă trei runde dimineaţa şi trei seara. Acesta este un exerciţiu foarte puternici, benefic pentru Brahmacharya. Poţi face asta chiar când stai în picioare.

Indicaţii în Practica Prāṇāyāma

Nu face baie imediat după practica prāṇāyāma. Odihneşte-te pentru jumătate de oră. În timpul verii fă doar o şedinţă dimineaţa. Dacă există căldură în creier sau cap, aplică ulei de răcorire sau unt înainte să faci baie.

Întotdeauna inspiră şi expiră foarte încet. Nu face niciun sunet în timpul inspiraţiei. În Bhastrika, nu produce niciun sunet violent. Respiră doar pe nas. Un neofit ar trebui să facă Puraka şi Rechaka numai, fără Kumbhaka, pentru câteva zile.

Trebuie să ajustezi frumos Puraka, Kumbhaka şi Rechaka astfel încât să nu experimentezi un sentiment de sufocare sau disconfort indiferent de stadiul oricărei prāṇāyāma. Nu trebuie să prelungeşti perioada exalării fără să fie necesar. Dacă prelungeşti timpul Rechaka, următoarea inspiraţie va fi făcută în mod grăbit şi ritmul va fi rupt.

Gradual măreşte perioada Kumbhaka. Fă Kumbhaka pentru patru secunde în prima săptămână, pentru 8 secunde în a doua săptămână, pentru 12 secunde în a treia săptămână şi tot aşa până când poţi să-ţi ţii respiraţia cât poţi de mult.

Repetă Om, Gayatri sau orice altă Mantra mental în timpul practicii. Păstrează Bhav, sentimentul, că Daivi-Sampat precum mila, iertarea, dragostea şi celelalte intră în sistemul tău în timpul inspiraţiei şi că toate Asuric Sampat sau calităţile diavoleşti precum patima, mânia, lăcomia şi gelozia sunt aruncate afară în timpul expiraţiei. Când inspiri, simte că tragi energie din sursa divină, Prana cosmică, şi că întreg trupul de la cap la picioare este saturat cu energie proaspătă, abundentă. Opreşte practica dacă eşti bolnav serios.

Vajroli Mudra

Aceasta este o Kriya Yoga importantă în Hatha Yoga. Va trebui să lucrezi din greu pentru a avea succes total în această Kriya. Sunt foarte puţini oameni care sunt experţi în acest act. Studenţii yoghini aspiră apă mai întâi printr-un tub din argint, un cateter special, trecut prin uretră doisprezece inci înăuntru. După o perioadă de practică ei

aspiră lapte, apoi ulei, miere şi aşa mai departe. Ei aspiră mercur la final. Mai târziu ei pot aspira aceste lichide direct prin uretră fără ajutorul tubului din argint. Această Kriya este de un ajutor imens pentru păstrarea Brahmachariei perfecte. În prima zi ar trebui să introduci cateterul în interiorul uretrei doar un inci, a doua zi pentru doi inchi, a treia zi pentru trei inci, şi aşa mai departe. Trebuie să practici gradual până când poţi să introduci catetereul doisprezece inci înăuntru. Calea devine clară. Raja Bhartrihari putea face această Kriya cu dexteritate.

Nici măcar o picătură de spermă nu poate ieşi din trupul yoghinului care practică această Mudra. Chiar dacă este eliminată, el o poate aspira înapoi prin această Mudra. Yoghinul, care îşi aspiră sperma şi o păstrează, cucereşte moartea. Mirosuri bune emană din trupul lui.

Fostul Trailingaswami din Benares era expert în această Kriya. Sri Swami Kuvalayanandaji din Lonavala obişnuia să predea această Mudra.

Practica Mula Bandha, Uddiyana Banda, Maha Mudra, Asane şi Prāṇāyāma vor ajuta practicantul să înţeleagă Vajroli şi să obţină succes în practica ei. Aceasta trebuie executată sub directa îndrumare a unui Guru.

Obiectivul practicii Vajroli Mudra este de a fi perfect stabilit în Brahmacharya.

Când aspiranţii practică această Mudra, ei fără să-şi dea seama îşi îndreaptă minţile către centrii sexuali şi astfel nu obţin succes. Când vezi descrierea acestei Mudra, vei înţelege clar că Brahmacharya strictă este absolut necesară. Pentru această practică, nu este necesară deloc o femeie şi nici contactul sexual. Deoarece Grihasthis au soţii şi văd în această Mudra un mijloc de contracepţie, ei au o dorinţă intensă de a practica această Mudra. Este o simplă prostie şi deziluzie. Ei nu au înţeles tehnica şi obiectivul acestei Kriya importante.

Motivul tău pentru învăţarea Vajroli Mudra trebuie să fie pur. Trebuie să te gândeşti la realizarea Sinelui prin Brahmacharia Absolută. Trebuie să realizezi sublimarea sexuală. Nu trebuie să foloseşti greşi puterea câştigată

prin această Kriya Yoghină. Analizează atent motivul în întregime. Există multe tentaţii şi pericole pe drumul Yoga. Fii atente, copilul meu. Prem! Te avertizez din nou.

22. CÂTEVA POVEŞTI ILUSTRATIVE

1. Puterea poftei trupeşti. Exemplul lui Jaimini

La un moment dat, Sri Vedavzasa susţinea lecţia de Vedanta în faţa studenţilor săi. În timpul acestei lecturi el a menţionat că tânărul Brahmachari ar trebui să fie foarte atent şi nu ar trebui să se amestece cu femeile, deoarece în ciuda vigilenţei şi circumspecţiei, ei pot cădea victimă patimii care este foarte puternică. Unul dintre studenţi, Jaimini, autorul lucrării Purva-Mimamsa, era un pic impertinent. El a spus, „Guruji Maharaj! Declaraţia ta este greşită. Nicio femeie nu mă poate atrage. Sunt foarte bine stabilit în Brahmacharya". Vyasa a spus, „Jaimini, vei şti asta în curând. Eu merg la Benares. Mă voi întoarce în trei luni. Fii atent. Nu de umfla în pene cu mândrie".

Sri Vyasa, prin puterile sale Yoghine, a luat forma unei tinere fete, cu ochi pătrunzători şi faţă foarte fermecătoare, bine îmbrăcată într-un veşmânt subţire de mătase. Tânăra stătea sub un copac la apusul soarelui. Norii se adunau pe cer. A început să plouă. Întâmplător, Jaimini a trecut pe lângă copac. El a văzut fata, i s-a făcut milă de ea şi i-a spus: „O femeie, poţi veni cu mine să stai în Ashramul meu. Îţi voi da adăpost". Femeia a întrebat, „Locuieşti singur? Stă vreo femeie acolo?". Jaimini a răspuns, „Sunt singur. Dar sunt un Brahmachari perfect. Pofta trupească nu mă poate afecta. Sunt liber de orice fel de Vikara. Poţi sta acolo". Femeia a obiectat: „Nu este bine pentru o tânără virgină să stea singură noaptea cu un Brahmachari". Jaimini a spus, „O domnişoară, nu-ţi fie teamă. Îţi promit, Brahmacharya mea va fi perfectă". Atunci ea a fost de acord să stea în Ashramul lui pe timpul nopţii.

Jaimini a dormit afară şi femeia în cameră. În miezul nopţii, Jaimini a început să simtă influenţa poftei trupeşti în mintea lui. O mică dorinţă sexuală a apărut în mintea lui. La început era absolut pură. El a ciocănit la uşă şi a

spus, „O domnişoară, vântul bate afară. Nu pot suporta rafalele reci. Vreau să dorm înăuntru”. Ea a deschis uşa.

Jaimini dormea înăuntru. Din nou dorinţa sexuală a devenit un pic mai intensă şi ascuţită, pentru că era foarte aproape de femeie şi auzea sunetul brăţărilor ei. Atunci s-a ridicat şi a început să o îmbrăţişeze. Imediat Sri Vyasa şi-a asumat forma originală cu barba sa lungă şi a spus, „Oh, dragul meu Jaimini, cum mai stai cu puterea Brahmacharya acum? Mai eşti stabilit în celibatul perfect acum? Ce ai spus când am ţinut lecţia despre acest subiect?” Jaimini şi-a coborât capul în ruşine totală şi a spus, „Guruji! Am greşit. Fii blând şi iartă-mă”.

Această poveste arată faptul că şi marile persoane chiar sunt înşelate de puterea Maya şi de influenţa Indriyasurilor revoltate. Brahmacharini ar trebui să fie foarte atenţi.

2. Influenţa pasiunii asupra minţii umane. Socrate şi discipolul său

Unul dintre discipolii lui Socrate şi-a întrebat învăţătorul, „Venerabile maestru, fii amabil şi spune-mi de câte ori un familist îşi poate vizita legal soţia”. Socrate a răspuns, „Doar o dată în viaţă”.

Discipolul a răspuns, „O Domnul meu! Asta este imposibil pentru oamenii obişnuiţi. Pasiunea este teribilă şi cauzatoare de necazuri. Lumea este plină de tentaţii şi distracţii. Familiştii nu au o voinţă puternică pentru a rezista tentaţiilor. Indriyasurile lor sunt puternice şi se revoltă. Mintea este plină cu pasiune. Tu eşti un filosof şi un Yoghin. Tu te poţi controla. Te rog, fii amabil şi prescrie o cale mai uşoară pentru oamenii obişnuiţi”. Socrate a spus, „Un familist poate avea copulaţie odată pe an”.

Discipolul a răspuns, „O venerabile, aceasta este de asemenea o sarcină grea pentru ei. Trebuie să prescrii un curs mai uşor”. Socrate a răspuns, „Ei bine, dragul meu discipol, odată pe lună. Aceasta este potrivit. Asta este destul de uşor. Cred că eşti satisfăcut acum”.

Discipolul a spus, „Asta este de asemenea imposibil, maestrul meu. Familiştii au mintea nestatornică. Minţile

lor sunt pline de Saṃskāras şi Vasanas sexuale. Ei nu pot rămâne nici măcar o zi fără relaţii sexuale. Nu ai nicio idee despre mentalitatea lor".

Atunci Socrate a spus, „Bine spus, copilul meu. Fă un lucru acum. Mergi direct la cimitir acum. Sapă o groapă şi cumpără un sicriu şi un cearşaf pentru cadavru înainte. Acum te poţi distruge de câte ori doreşti. Acesta este sfatul meu final pentru tine".

Acest ultim sfat a străpuns inima discipolului. El a simţit asta puternic. S-a gândit la acest lucru serios şi a înţeles importanţa şi gloria Brahmacharya. El a luat în serios Sadhana spirituală. A depus jurământul celibatului neîntrerupt pentru toată viaţa. A devenit un Yoghin Cordhvareta şi a avut realizarea Sinelui. El a devenit unul dintre discipolii favoriţi ai lui Socrate.

3. Pofta creşte prin satisfacere. Raja Yayati

A fost odată un rege înţelept pe nume Yayati care a trăit pentru o mie de ani bucurându-se de toate plăcerile pe care poziţia sa îi permitea. Când bătrâneţea l-a atacat, şi încă dorea să se bucure de toate plăcerile regale pentru mai mulţi ani, el a cerut fiecăruia dintre fii lui, pe rând, să ia asupra lui această bătrâneţe şi să-i dea în schimb tinereţea, asigurându-l că după încă o mie de ani el va înapoia tinereţea şi îşi va lua înapoi decrepitudinea.

Niciunul dintre ei nu voia să accepte oferta în afară de fiul cel mai tânăr pe care îl chema Puru.

Puru a spus cu toată umilinţa că el dorea să facă aşa cum dorea tatăl său şi astfel şi-a dat tinereţea tatălui său şi a primit în schimb bătrâneţea cu toate slăbiciunile ei.

Yayati, fiind foarte încântat cu noua sa tinereţe, a început din nou să se bucure de plăceri senzuale. El şi-a satisfăcut dorinţele la maxim fără a viola perceptele religiei. El era foarte fericit, dar un singur gând îl necăjea. Şi acesta era gândul că cei o mie de ani se vor sfârşi în curând.

Când timpul potrivit a venit, el a mers la fiul său Puru şi i-a spus astfel: „O fiule, m-am bucurat de tinereţea ta până la limita puterilor mele. Dar, dorinţele nu mor

niciodată. Ele nu sunt satisfăcute niciodată de indulgenţă. Prin indulgenţă ele se intensifică precum focul sacrificial peste care este turnat ghee. Dacă un om devine singurul stăpân al pământului peste toate mâncărurile, pietrele preţioase, animale, femei, tot nu va fi considerat de ajuns. Aşadar, setea de satisfacţie a dorinţelor ar trebui abandonată.

Setea de plăceri care este dificil de oprit de cei răi, care nu se opreşte nici măcar cu sfârşitul vieţii, este cu adevărat o boală fatală în om. Eliberarea de această sete este fericirea adevărată. Mintea mea a fost ataşată de plăcerile vieţii pentru o mie de ani. Setea mea pentru ele, totuşi, fără să fie diminuată, era zilnic sporită. Aşadar, voi renunţa la ea. Îmi voi fixa mintea asupra lui Brahman, şi voi deveni paşnic, şi neavând niciun ataşament, îmi voi petrece zilele în pădure cu căprioara nevinovată". Acestea spunându-le l-a instalat pe Puru pe tron după ce i-a dat înapoi tinereţea şi s-a retras în pădure pentru a duce o viaţă de ascet.

4. Apariţia Viveka şi Vairagya. Yoghinul Vemana

Vemana s-a născut în anul 1820 într-un sat mic în districtul Godavari în Andhra Desa. El a avut un frate pe nume Anu Verna Reddy. Părinţii lui au murit când era un băiat destul de mic. S-a născut într-o familie bogată. Era un Reddy prin castă.

Vemana a fost trimis la şcoala primară. Nu a fost în stare să-şi urmeze studiile. A căzut victimă companiei rele şi a devenit un scandalagiu. Dar el era foarte atractiv şi bine făcut. Anu Verna Reddy şi soţia lui Narasama îl plăceau foarte mult pe Vemana. La vârsta de cincisprezece ani, Vemana a devenit depravat. Cheltuia mulţi bani de dragul femeilor. Însă, fratele lui şi soţia acestuia îl plăcerau foarte mult.

Anu Vema Reddy şi soţia lui voiau să corecteze căile lui Vemana. Ei au refuzat să-i mai dea bani. Aşa că Vemana a furat noaptea ornamentele soţiei fratelui său şi le-a dat prostituatei. Când cumnata lui a aflat de pierderea bijuteriilor, l-a întrebat pe Vemana, „Unde sunt bijuteriile

mele?” Vemana a răspuns, „Pentru că nu mi-ai dat bani, le-am luat şi le-am dat iubitei mele”. Narasama nu a rostit niciun cuvânt. Ea nici măcar nu l-a informat pe soţul ei de pierderea bijuteriilor. Ea îl plăcea pe Vemana foarte mult. Şi-a încuiat toate ornamentele într-un seif.

Prostituata l-a îndemnat pe Vemana să aducă mai mulţi bani şi ornamente. Aşadar, din nou la miezul nopţii, Vemana s-a trezit din pat şi a încercat să fure câteva din ornamentele de gâtul cumnatei sale. Ea purta doar Mangala Sutra sacră, care era legată la gâtul ei din momentul căsătoriei; ea şi-a păstrat toate celelalte bijuterii în seif. Vemana a vrut să ia cel puţin acest ornament. Când a încercat să-l desfacă, Narasama s-a trezit şi l-a prins de mână şi l-a întrebat de ce a venit în dormitorul ei la miezul nopţii. El a răspuns cu îndrozneală: „Iubita mea mi-a cerut să aduc mai multe ornamente. Am venit aici să le iau”.

Narasama i-a cerut să iasă din cameră imediat. Atunci Vemana a plâns şi a căzut la picioarele ei. Narasama l-a rugat pe Dumnezeu să-i dea un Buddhi bun lui Vemana şi să-l facă un suflet pur, virtuos. Apoi i-a promis că îi dă lui Vemana un ornament, cu condiţia ca să-i urmeze strict cuvintele. Vemana a asigurat-o de acest lucru.

Narasama a spus: „Vemana! Cere fetei să stea goală în faţa ta. Să fie întoarsă cu spatele la tine. Apoi cere-i să se aplece şi să ia bijuteria din mâinile tale trecându-şi mâinile printre coapse”. Vemana a promis să facă aşa şi a jurat de asemenea în numele Zeiţei Kali. Atunci cumnata lui i-a dat un ornament valoros.

Vemana a pornit direct către casa prostituatei şi i-a cerut să procedeze în maniera indicată de cumnata lui. În timp ce prostituata se apleca, el a văzut foarte clar părţile private ale femeii. Imediat Vairagya intensă a apărut în mintea lui. S-a întors acasă cu ornamentul în mâini. L-a dat înapoi cumnatei sale şi i-a relatat ce s-a întâmplat. El a spus, „Draga mea cumnată! Îţi mulţumesc mult pentru blândeţea ta. Sunt un om schimbat acum. Nu există fericire adevărată în această lume. Totul este o jongleriei a

Maya. Voi merge acum în căutatea fericirii adevărate". El a părăsit casa imediat şi a mers la un templu al lui Kali în apropierea satului său şi a stat lângă imaginea lui Kali.

Acum s-a întâmplat ca, de mai mulţi ani, un om pe nume Adhiramayya se ruga la Kali pentru Darshan. Într-o zi Kali i-a apărut în vis şi a spus, „Vino mâine la miezul nopţii. Îţi voi da Darshan". Dar nefericitul devot nu a putut merge în ziua următoare. Când Kali a venit, Vemana era acolo în schimb. Kali i-a cerut lui Vemana să-i ceară o favoare. Vemana a spus, „O Mamă! Dă-mi Brahma-Jnana". Mama Kali atunci l-a iniţiat în toate misterele Juana. Din acea zi, Vemana a devenit un om virtuos cu o mare devoţiune, puteri yoghine şi Juana.

În cursul peregrinărilor lui, Vemana a mers la Cuddapah. El trăia în pădure lângă Cuddapah. Planta diverse plante roditoare precum pepeni şi castraveţi. Castraveţii erau toţi plini cu aur. Cu acest aur, Vemana a construit un templu la Sri Sailam. Chiar şi astăzi templul de la Sri Sailam conţine faimoasa Jyotirlingam a lui Mallikarjuna. Este un loc faimos de pelerinaj. Într-o zi nişte hoţi au venit să fure castraveţii care conţineau aur. Toţi au paralizat datorită puterilor yoghine ale lui Vemana.

Odată Vemana a intrat în coliba unui Brahmin sărac la miezul nopţii şi a dormit în patul acestuia. În timpul nopţii, el a răspuns nevoilor naturii chiar în pat. Acea porţiune din pat, care a fost murdărită de excrementele lui, a fost transmutată în aur.

Vemana a renunţat la veşmântul fizic în 1865 la Katarupalli în districtul Cuddapah. El a scris mai multe cărţi în Telugu despre Yoga, cele mai importante dintre acestea fiind „Vemana Tattva-Jnana" şi „Vemana Jivamritam".

5. Frumuseţea stă în imaginaţie. Povestea lui Hemachuda

A fost odată un rege pe nume Mudktachuda în timpuri de demult. El doamna peste regatul Dasarna. Avea doi fii, Hemachuda şi Manichuda. Amândoi erau frumoşi şi virtuoşi. Aveau o comportare şi o conduită bune. Erau de

asemenea experţi în toate artele. Amândoi au mers la muntele Sahya împreună cu însoţitori şi arme pentru vânătoare. Un întuneric imens domnea. Nu se putea vedea om cu om.

Hemachuda a reuşit să ajungă la ermitajul unui înţelept, care era plin de copaci cu fructe. El a văzut în Ashram o fecioară frumoasă. A fost foarte uluit să vadă o fată fără frică în acea pădure solitară. A întrebat fecioara, „Cine eşti tu? Cine este tatăl tău? De ce eşti singură aici? Cum ai dezvoltat acest curaj?" E a răspuns politicos, „Bine ai venit, O prinţule! Odihneşte-te puţin. Pari obosit. Fii bun şi mănâncă aceste fructe şi nuci. Îţi voi relata povestea mea". Pinţul a mâncat fructele şi nucile şi s-a odihnit pentru o vreme.

Fata a început apoi: „O prinţule! Fii atent la povestea mea. Eu sunt fina înţeleptului Vyaghrapada care este adorat de toţi, care a cuceritu lumea prin austerităţile sale severe, şi care a atins eliberarea. Numele meu este Hamalekha. Vidyutorabha, nimfa celestă de o frumuseţe fără seamăn şi splendoare de nedescris, într-o zi a venit la râul Veena pentru baie. Sushena, regele din Vengas a venit şi el în acelaşi timp. Sushena a fost captivat de frumuseţea încântătoare a lui Vidyutorabha. Nimfa celestă a fost de asemenea infatuată de figura frumoasă a regelui Sushena. Sushena şi-a declarat dragostea pentru Vidyutorabha. Ea a răspuns. Regele a petrecut o perioadă de timp cu ea. După aceea s-a întors în capitala sa.

„Vidyutorabha a născut un copil". Ea a lăsat copilul acolo pentru că îi era frică de soţul ei şi s-a reîntors acasă. Eu sunt acel copil. Vyaghrapada a mers la râu pentru curăţenia zilnică. El m-a văzut şi i s-a făcut milă de mine. M-a crescut precum o mamă. Eu îl consider ca fiind tatăl meu. Îl servesc cu onoare. Prin graţia lui am devenit fără frică aici. Tatăl meu se va întoarce acum. Te rog aşteaptă un pic. Arată-i respect şi obţine-i binecuvântările". Fata inteligentă a înţeles inima prinţului şi a spus: „O prinţule! Nu fi deznădăjduit. Îţi poţi satisface dorinţa. Tatăl meu îţi va împlini dorinţa".

Imediat, înţeleptul Vyaghrapada a intrat cu flori pentru venerare. Prinţul s-a ridicat şi s-a prostrat în faţa înţeleptului. Înţeleptul a înţeles că prinţul era îndrăgostit de fată. El a dat-o pe Hamalekha în căsătorie prinţului. Prinţul s-a întors cu ea în oraşul său. Tatăl său era foarte încântat. A sărbătorit mariajul lor cu pompă şi splendoare.

Prinţul o iubea pe Hamalekha imens. Era foarte ataşat de ea. Dar a observat că ea era destul de indiferentă faţă de plăcerile senzuale. A întrebat-o într-o zi: „O dragă Hamalekha, ce se întâmplă cu tine? Eu sunt foarte ataşat de tine. De ce nu îmi răspunzi la dragostea mea? Nimic nu pare să aibă efect asupra ta. Eşti lipsită de pasiune. Cum să mă bucur când ai o asemenea atitudine a minţii? Întotdeauna stai cu ochii închişi ca o statuie. Nu râzi, nu te joci şi nu glumeşti cu mine. Fii bună şi spune ce e în inima ta. Fii sinceră”.

Hamalekha a răspuns cu respect: „O prinţule! Ascultă-mă. Ce este dragostea? Ce este neplăcerea? Cum aceste lucrurui nu sunt clare în mintea mea, întotdeauna reflectez asupra lor. Nu am ajuns la o concluzie definitivă. Te rog lămureşte-mă cu privire la aceste chestiuni. Te rog!

Hemachuda a răspuns zâmbind: „Este adevărat că femeile posedă o minte inocentă. Chiar şi animalele înţeleg ce sunt plăcerile şi neplăcerile. Vedem că ne plac lucrurile care ne fac bine şi nu ne plac obiectele neplăcute. Frumuseţea ne dă plăcere; urâţenia ne dă durere. De ce îţi pierzi timpul zilnic cu asta?”

Hamalekha a răspuns: „Este adevărat că femeile nu au o putere de gândire independentă. Aşadar, nu este datoria ta să îmi clarifici dubiile? Dacă mă luminezi, voi părăsi gândirea şi voi fi ataşată de tine întotdeauna. O prinţule! Ai spus că plăcerile şi neplăcerile sau dragostea şi ura apar din cauza obiectelor care ne dau plăcere şi durere. Dar acelaşi obiect ne dă plăcere şi durere din cauza timpului, circumstanţelor şi mediului înconjurător. Care este decizia ta deci? Fii bun şi dă-mi un răspuns definitiv. Focul este plăcut iarna, dar vara este foarte teribil. Nu te poţi apropia de foc. Acelaşi foc dă plăcere în

ţările reci şi durere în ţările calde. Cantitatea focului ne oferă diferite rezultate. La fel este şi cazul bogăţiei, soţiei, fiului, mamei şi aşa mai departe. Aceste induc suferinţe şi mizerie. De ce tatăl tău Muktachuda, în ciuda faptului că posedă o avere imensă, fii şi soţie este întotdeauna supărat? Alţii sunt foarte fericiţi chiar şi fără acestea. Fericirea lumească este amestecată cu mizerie, durere, frică şi anxietate. Aşadar nu poate fi numită deloc fericire. Mizeria este personală şi impersonală sau internă şi externă.

Cea externă este cauzată de greşelile forţelor naturii asupra trupului. Cea internă este născută din dorinţă. Ea are legătură cu mintea. Dintre acestea, cea internă este mai formidabilă. Este sămânţa sau cauza pentru toată suferinţa. Întreaga lume este înecată într-o asemenea mizerie internă. Copacul numit mizerie are dorinţa ca sămânţă puternică şi nepieritoare. Chiar şi Indra şi alţi zei sunt îmboldiţi de dorinţă. Ei îi poartă instrucţiunile zi şi noapte. Dacă nu există dorinţă, nu poţi experimenta plăcerea. De un asemenea amestec de fericire şi mizerie se bucură chiar şi insectele, viermii şi câinii. Crezi că fericirea omului este mai mare decât aceasta? Fericirea insectelor este superioară celei umane. Deoarece dorinţa nu este amestecată în plăcerea lor, este curată. În timp ce, în om, puţină plăcere este găsită în mijlocul miilor de dorinţe nesatisfăcute. Aceasta nu poate fi numită plăcere. Omul se simte fericit îmbrăţişându-şi nevasta, dar apăsându-i membrele prea tare, el o face să se simtă lipsită de confort. După actul sexual, sunt epuizaţi. Ce fericire găseşti în aceste obiecte trecătoare? Fii bun şi explică-mi, O prinţule! De acest fel de fericire se bucură chiar şi câinii, măgarii şi porcii. Dar, dacă spui că tu eşti fericit privind frumuseţea mea fizică, această fericire este imaginară şi iluzorie precum îmbrăţişarea unei femei într-un vis.

Un anumit prinţ frumos avea o soţie foarte frumoasă. El era ataşat de ea foarte mult. Ea, din contră, era îndrăgostită de servitorul prinţului. Îl înşela pe prinţ.

Servitorul amesteca un drog în vinul băut de prinţ. Apoi el trimitea servitoarea urâtă la prinţ. El întreţinea relaţii sexuale cu soţia prinţului. Prinţul sub influenţa drogului, gândea, Sunt foarte norocos. Am cea mai frumoasă femeie din lume". Multe zile au trecut astfel. Într-o zi servitorul a uitat să amestece narcoticul în vin. Prinţul de asemenea nu a băut prea mult în acea zi. El s-a alăturat femeii urâte şi a căzut victimă pasiunii. Acum a aflat că este servitoarea. A întrebat-o unde este soţia lui. La început servitoarea a tăcut. Apoi prinţul a scos sabia şi a ameninţat-o că o omoară dacă nu spune adevărul. Ea a spus totul şi i-a arătat locul under era frumoasa lui soţie împreună cu servitorul. Prinţul a spus: Ce prost sunt! M-am degradat din cauza băuturii. Orice iubeşte prea mult o femeie devine dispreţuitor. La fel cum o pasăre nu este ataşată de un anume copac, tot aşa, femeia nu este ataşată de un bărbat. Ea a are o minte schimbătoare. Am devenit o bestie. Mi-am pierdut puterea de discriminare. Am considerat că soţia mea este mai valoroasă chiar decât viaţa. Un bărbat care este ataşat de o femeie şi care cedează unei femei este un veritabil măgar. Femeia este trecătoare ca un cer în timpul toamnei. Nu am ştiut natura femeii până astăzi. Ea merge la servitorul murdar şi m-a părăsit pe mine care sunt tot timpul ataşat de ea şi îi sunt tot timpul credincios. Ea a pretins că îmi arată dragoste precum o actriţă de teatru. Am fost înşelat. Servitorul este urât din cap până-n picioare. Ce frumuseţe găseşte ea în el?

Prinţul a fost dezgustat de toate acestea. El a părăsit regatul şi a mers în pădure".

Hamalekha a continuat: „Aşadar, O prinţule! Frumuseţea este doar o creaţie mentală. Frumuseţea este născută în minte. Frumuseţea este rezultatul unei concepţii mentale. La fel cum tu vezi frumuseţea în mine, alţii găsesc farmec în femei urâte. Dacă un bărbat se gândeşte constant la această frumuseţe, dorinţa este stimulată în acea parte a trupului, care este subiectul impulsului. Acel bărbat în care dorinţa este astfel stimulată nu-i pasă dacă vede chiar şi cea mai frumoasă fată. Cauza

pentru aceasta este meditaţia constantă la frumuseţea femeii. Băieţii şi asceţii nu meditează şi nici nu gândesc astfel. Aşadar, ei nu obţin nicio dorinţă pentru plăcerile senzuale. Cei care găsesc plăcere în compania unei anumite femei crează în minţile lor frumuseţea în concordanţă cu ideile lor, indiferent dacă femeia este urâtă sau cea mai frumoasă.

Ei îşi proiectează în femeie ideile lor de frumuseţe. Dacă tu întrebi cum este găsită frumuseţea într-o femeie urâtă şi cum poate exista satisfacţie fără frumuseţe, pot doar să-ţi spun că un bărbat pătimaş este orb în pasiunea sa. Cupidon este pictat orb. Bărbatul pătimaş găseşte frumuseţea lui Rambha în cea mai urâtă femeie. Nu poate exista frumuseţe fără dorinţă. Dacă frumuseţea ar fi naturală precum amărăciunea, dulceaţa sau acreala din substanţe, de ce atunci nu este găsită în copii şi în fetele tinere? Aşadar, frumuseţea este creată în minte.

„Oamenii privesc ca fiind frumos acest trup fizic ce este compus din carne, plin cu sânge, construit din nervi, acoperit cu piele, o cuşcă de oase acoperită cu păr, plină de bilă şi flegmă, o cutie de excremente şi urină, creată din sânge şi spermă, născută tractul urinar! Cum pot acele persoane să găsească această plăcere ca fiind superioară celei a viermilor din împuţiciune? O prinţule, găseşti că trupul meu fizic este frumos. Analizează acest trup bucată cu bucată şi gândeşte-te la fiecare parte a lui. Gândeşte-te la fiecare parte din lucruri dulci şi delicioase. Toate lucrurile pe care le mâncăm sunt schimbate în această mizerie abominabilă. Când aşa stau lucrurile, ce anume este vrednic de dragoste şi încântare?”

Hemachuda a ascultat instrucţiunile ca nectarul rostite de Hemalekha cu mare atenţiei şi interes. El a dezvoltat Vairagya şi Viveka puternice, a meditat la a toate pătrunzătorul, purul, nemuritorul Atman şi a devenit Jivanmukta. Manichuda de asemenea a învăţat adevărul de la fratele lui; Muktachuda de la fiul lui; şi soţia sa de de la noră. Ministrul şi cetăţenii acelui oraş au devenit înţelepţi. Chiar şi păsările rosteau şi alte cuvinte de înţelepciune în

acel oraş.

Înţelepţii Vamadeva şi alţii au remarcat că toţi din acel oraş, inclusiv animalele şi păsările, era un învăţaţi şi numeau oraşul Vidyangar sau Oraşul înţelepciunii.

6. Frumuseţea fizică nu este frumuseţe. Povestea unui prinţ

Odată un tânăr prinţa văzut o prinţesă frumoasă pe malul râului când era într-o excursie de vânătoare. Prinţesa avea o minte înclinată către filosofie. Ea stăpânea mai multe cărţi Vedantice. Ea practica meditaţia profundă asupra lui Atman. Prinţul s-a apropiat de ea şi voia să o ia de soţie. Ea l-a refuzat pe loc. Prinţul a încercat iar şi iar pe diverse căi. Ea i-a spus în final, „Te rog vino să mă vezi la locuinţa mea peste zece zile. Mă voi mărita cu tine”. Prinţul era de asemenea un student al Vedantei, dar el nu avea o Vairagya susţinută.

El a petrecut nopţi fără somn, şi în dimineaţa celei de-a zecea zi, a pornit nerăbdător către palatul prinţesei.

Tânăra prinţesă deja concepuse un mijloc de a scăpa de ghearele mariajului. Ea la luat un purgativ drastic timp de zece zile şi a colectat toate mişcările în zece vase separate şi le-a aranjat frumos cu numere de la 1 la 10 într-o cameră mare, acoperindu-le pe toate cu pânze de mătase frumoasă. Arăta acum doar piele şi oase. Ochii îi erau adânciţi şi stătea întinsă pe pat.

Prinţul a venit să se întâlnească cu ea cu mare bucurie.

Servitoarea l-a condus în camera unde era întinsă prinţesa. Prinţul nu a putut să o recunoască. El a întrebat-o pe servitoare, „Unde este tânăra şi frumoasa prinţesă? Aceasta nu este femeia pe care am întâlnit-o înainte!” La care prinţesa a răspuns, „O dragul meu prinţ, sunt aceiaşi femeie. Mi-am depozitat frumuseţea cu atenţiei în camera alăturată. Fii bun şi vino cu mine să vezi frumuseţea acumulată acolo. Vino cu mine acum. Îţi voi arăta”.

Spunând acestea, l-a condus pe prinţ în cameră, a dat la o parte pânza de mătase şi i-a cerut să privească la frumuseţea ei. Ea a adăugat, „Aceasta este frumuseţea

pielii şi a cărnii mele”. Prinţul a fost uluit. El nu a spus niciun cuvânt femeii. S-a prostrat la picioarele ei şi a considerat-o ca fiind mama lui. El a aruncat hainele princiare şi s-a retras în pădure. Acum inima lui era plină cu Vairagya intensă. A căutat protecţia unui înţelept, a primit instrucţiuni de la el, a practicat meditaţia riguroasă şi a dobândit Cunoaşterea Sinelui.

7. Ocupaţia este cea mai bună cale de a controla pofta. Povestea unei fantome

Mintea este ca o fantomă, care este întotdeauna neobosită. Odată un Pandit Brahmin, prin Mantra Siddhi, a câştigat controlul asupra unei fantome. Fantoma i-a spus Pandit-ului, „Pot face orice muncă pentru tine într-un minut. Am puteri supranaturale. Trebuie să îmi dai diverse tipuri de lucrări... întotdeauna. Dacă mă laşi chiar şi o secundă fără lucru, imediat te voi devora”. Brahminul a fost de acord.

Fantoma a săpat un bazin pentru Brahmin, a arat câmpul şi a făcut diverse lucrări într-un timp scurt. Brahminul nu a fost capabil să mai dea de lucru fantomei. Fantoma l-a ameninţat, „Acum nu mai am de lucru. Te voi devora”. Brahminul a fost nedumerit. El nu ştia ce să facă. A mers la Gurul său şi i-a explicat situaţia. Învăţătorul său i-a spus, „Foloseşte-ţi bunul simţ. Instalează un stâlp mare, gros, din lemn în faţa casei. Unge-l cu ulei de ricin, ceară şi alte substanţe grase. Cere fantomei să se urce pe stâlp şi să coboare zi şi noapte”. Discipolul a făcut aşa cum i s-a spus şi a controlat fantoma fără nicio dificultate. Fantoma a devenit neajutorată.

Tot aşa, trebuie să dai minţii ceva de lucru sau alte căi: Japa, meditaţie, Svadhyaya, serviciu, Kirtan, rugăciunea şi altele. Trebuie să o ţii tot timpul ocupată. Atunci doar mintea poate fi uşor controlată. Nu vei avea gânduri rele. Vei fi bine stabilit în Brahmacharya fizică şi mentală.